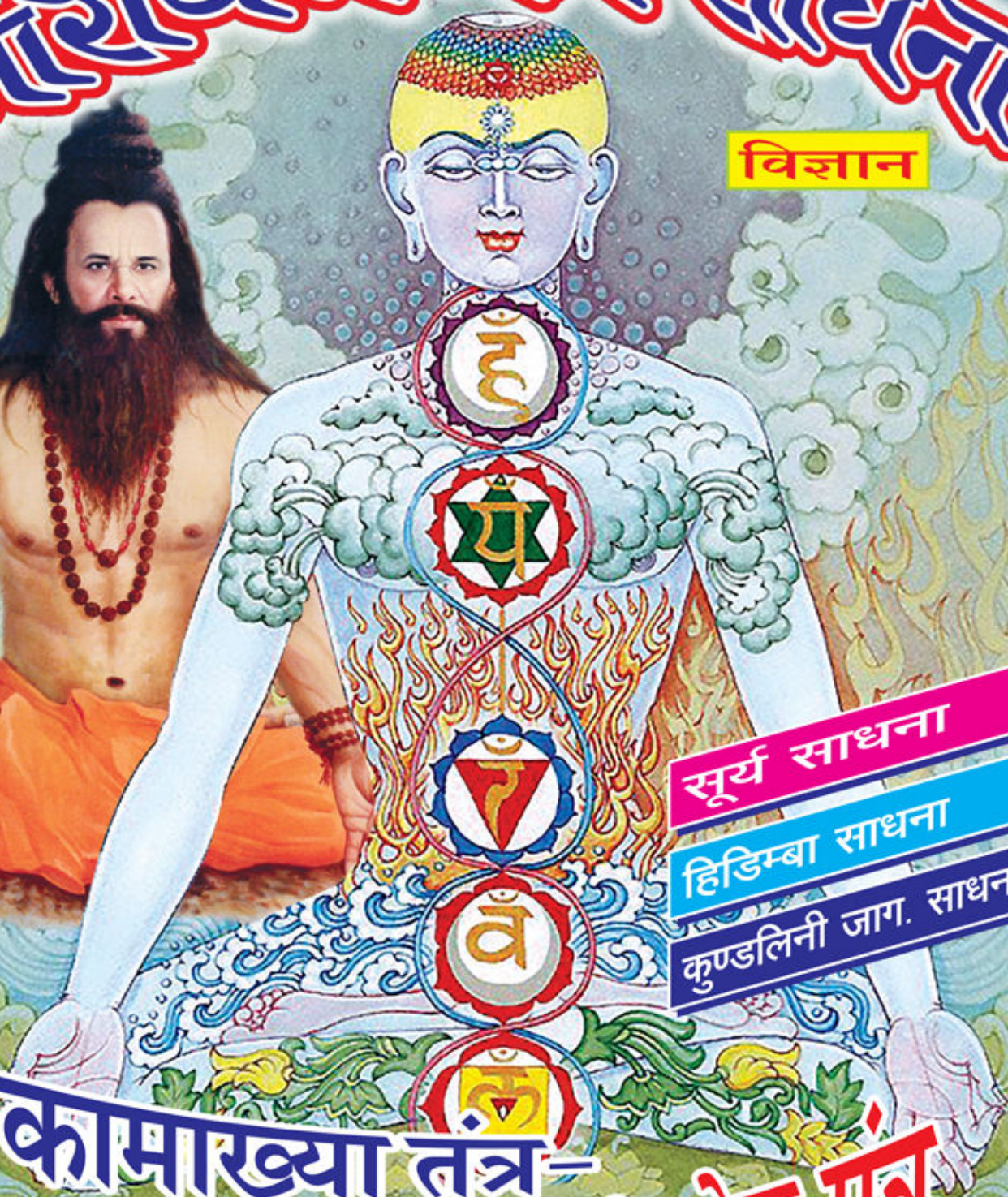
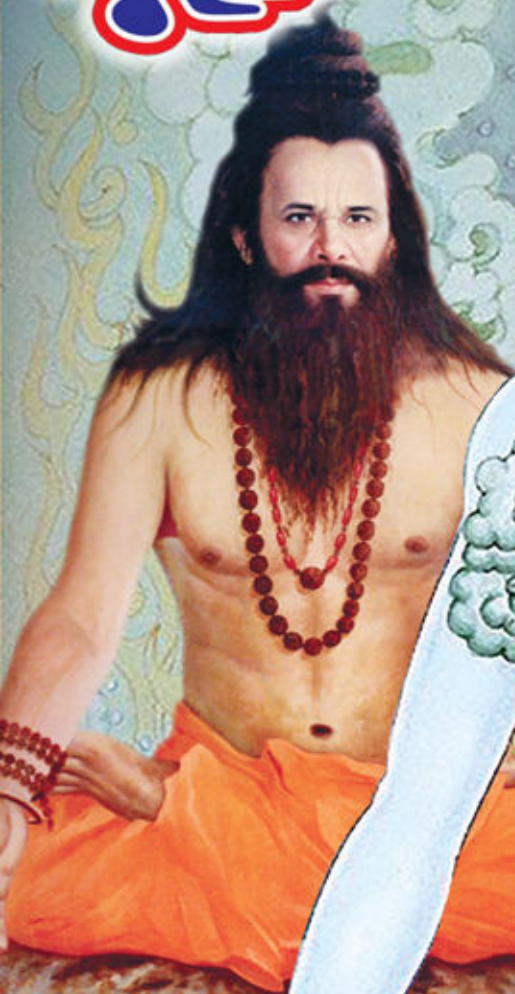
कुण्डलिनी जागरण विशेषांक
जून-2022
मूल्य-40/-
वर्ष 12
अंक 9
नारायण-मंत्र-साधना
विज्ञान
हं
यं
रं
वं
सूर्य साधना
हिडिम्बा साधना
कुण्डलिनी जाग. साधना
कामाख्या तंत्र-
धन वर्षा का बेजोड़ मंत्र

गजरौला (अमरोहा-उ.प्र.) में आयोजित

आनो भद्राः क्रतवो यन्तु विश्वतः
मानव जीवन की सर्वतोन्मुखी उन्नति प्रगति और भारतीय गूढ़ विद्याओं से समन्वित मासिक पत्रिका

॥ ॐ परम तत्वाय नारायणाय गुरुभ्यो नमः॥

जीवन की प्रत्येक मनोकामना को पूर्ण करने में समर्थ : कामाख्या तंत्र

अध्यात्म जगत में जीवन का सौन्दर्य, आनन्द तथा कुण्डलिनी जागरण हेतु : कुण्डलिनी साधना

जीवन में सफलता एवं कुण्ड. जागरण में सहायक : गुरु तत्व प्राण स्थापन सा.

सद्गुरुदेव

स्तम्भ

साधनाएँ

ENGLISH

विशेष

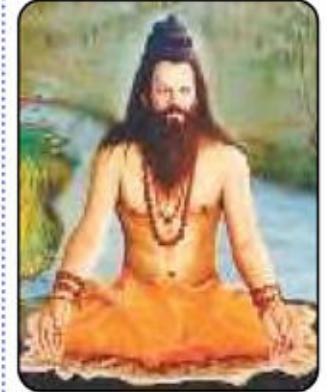
आयुर्वेद

योग

प्रेरक संस्थापक
डॉ. नारायणदत्त श्रीमाली
(परमहंस स्वामी निखिलेश्वरानंदजी)

आशीर्वाद
पूजनीया माताजी
(पू. भगवती देवी श्रीमाली)

सम्पादक
श्री अरविन्द श्रीमाली

सह-सम्पादक
राजेश कुमार गुप्ता

प्रकाशक, स्वामित्व एवं मुद्रक
श्री अरविन्द श्रीमाली
द्वारा
नारायण प्रिण्टर्स
नोएडा
से मुद्रित तथा
'नारायण मंत्र साधना विज्ञान'
कार्यालय :
हाई कोर्ट कॉलोनी, जोधपुर से
प्रकाशित

मूल्य (भारत में)
एक प्रति 40/-
वार्षिक 405/-

सम्पर्क
सिद्धाश्रम, 306 कोहाट एन्क्लेव, पीतमपुरा, दिल्ली-110034, फोन : 011-79675768, 011-79675769, 011-27354368
नारायण मंत्र साधना विज्ञान, डॉ. श्रीमाली मार्ग, हाईकोर्ट कॉलोनी, जोधपुर-342001 (राज.), फोन नं. : 0291-2433623, 2432010, 7960039
WWW address : http:/www.narayanmantrasadhanavigyan.org E-mail : nmsv@siddhashram.me

नियम

पत्रिका में प्रकाशित सभी रचनाओं का अधिकार पत्रिका का है। इस *'नारायण मंत्र साधना विज्ञान'* पत्रिका में प्रकाशित लेखों से सम्पादक का सहमत होना अनिवार्य नहीं है। तर्क-कुतर्क करने वाले पाठक पत्रिका में प्रकाशित पूरी सामग्री को गल्प समझें। किसी नाम, स्थान या घटना का किसी से कोई सम्बन्ध नहीं है, यदि कोई घटना, नाम या तथ्य मिल जायें, तो उसे मात्र संयोग समझें। पत्रिका के लेखक घुमक्कड़ साधु-संत होते हैं, अत: उनके पते आदि के बारे में कुछ भी अन्य जानकारी देना सम्भव नहीं होगा। पत्रिका में प्रकाशित किसी भी लेख या सामग्री के बारे में वाद-विवाद या तर्क मान्य नहीं होगा और न ही इसके लिए लेखक, प्रकाशक, मुद्रक या सम्पादक जिम्मेवार होंगे। किसी भी सम्पादक को किसी भी प्रकार का पारिश्रमिक नहीं दिया जाता। किसी भी प्रकार के वाद-विवाद में जोधपुर न्यायालय ही मान्य होगा। पत्रिका में प्रकाशित किसी भी सामग्री को साधक या पाठक कहीं से भी प्राप्त कर सकते हैं। पत्रिका कार्यालय से मंगवाने पर हम अपनी तरफ से प्रामाणिक और सही सामग्री अथवा यंत्र भेजते हैं, पर फिर भी उसके बाद में, असली या नकली के बारे में अथवा प्रभाव होने या न होने के बारे में हमारी जिम्मेवारी नहीं होगी। पाठक अपने विश्वास पर ही ऐसी सामग्री पत्रिका कार्यालय से मंगवायें। सामग्री के मूल्य पर तर्क या वाद-विवाद मान्य नहीं होगा। पत्रिका का वार्षिक शुल्क वर्तमान में 405/- है, पर यदि किसी विशेष एवं अपरिहार्य कारणों से पत्रिका को त्रैमासिक या बंद करना पड़े, तो जितने भी अंक आपको प्राप्त हो चुके हैं, उसी में वार्षिक सदस्यता अथवा दो वर्ष, तीन वर्ष या पंचवर्षीय सदस्यता को पूर्ण समझें, इसमें किसी भी प्रकार की आपत्ति या आलोचना किसी भी रूप में स्वीकार नहीं होगी। पत्रिका के प्रकाशन अवधि तक ही आजीवन सदस्यता मान्य है। यदि किसी कारणवश पत्रिका का प्रकाशन बन्द करना पड़े तो आजीवन सदस्यता भी उसी दिन पूर्ण मानी जायेगी। पत्रिका में प्रकाशित किसी भी साधना में सफलता-असफलता, हानि-लाभ की जिम्मेवारी साधक की स्वयं की होगी तथा साधक कोई भी ऐसी उपासना, जप या मंत्र प्रयोग न करें जो नैतिक, सामाजिक एवं कानूनी नियमों के विपरीत हों। पत्रिका में प्रकाशित लेख योगी या संन्यासियों के विचार मात्र होते हैं, उन पर भाषा का आवरण पत्रिका के कर्मचारियों की तरफ से होता है। पाठकों की मांग पर इस अंक में पत्रिका के पिछले लेखों का भी ज्यों का त्यों समावेश किया गया है, जिससे कि नवीन पाठक लाभ उठा सकें। साधक या लेखक अपने प्रामाणिक अनुभवों के आधार पर जो मंत्र, तंत्र या यंत्र (भले ही वे शास्त्रीय व्याख्या के इतर हों) बताते हैं, वे ही दे देते हैं, अत: इस सम्बन्ध में आलोचना करना व्यर्थ है। आवरण पृष्ठ पर या अन्दर जो भी फोटो प्रकाशित होते हैं, इस सम्बन्ध में सारी जिम्मेवारी फोटो भेजने वाले फोटोग्राफर अथवा आर्टिस्ट की होगी। दीक्षा प्राप्त करने का तात्पर्य यह नहीं है, कि साधक उससे सम्बन्धित लाभ तुरन्त प्राप्त कर सकें, यह तो धीमी और सतत् प्रक्रिया है, अत: पूर्ण श्रद्धा और विश्वास के साथ ही दीक्षा प्राप्त करें। इस सम्बन्ध में किसी प्रकार की कोई भी आपत्ति या आलोचना स्वीकार्य नहीं होगी। गुरुदेव या पत्रिका परिवार इस सम्बन्ध में किसी भी प्रकार की जिम्मेवारी वहन नहीं करेंगे।

प्रार्थना

गुरूर्ब्रह्मा गुरूर्विष्णु गुरूर्देवो महेश्वरः
गुरुः साक्षात् परब्रह्म तस्मै श्री गुरुवे नमः
अखण्ड मण्डलाकारं व्याप्तं येन चराचरम्
तत्पदं दर्शितिं येन तस्मै श्री गुरुवे नमः

गुरुदेव ब्रह्मा, विष्णु तथा शिव स्वरूप हैं तथा साक्षात् परब्रह्म स्वरूप हैं उन्हें मेरा बारम्बार नमस्कार हो।

गुरु अखण्ड और ब्रह्म स्वरूप में समस्त चराचर में व्याप्त हैं, उन्हें मेरा बारम्बार नमस्कार है।

अहंकार

ऊँची पर्वत श्रृंखलाओं पर एक बहुत बड़ा तीर्थ था। प्राणों की बाजी लगाकर तथा अपने को संकट में डालकर दर्शन करने के लिये यात्री उस तीर्थ में आते थे–हजारों मील से पैदल चल-चलकर। वहां के मंदिर में स्थापित मूर्ति ने जब यह देखा तो वह मारे घमंड के अकड़ गई और अपने आप से ही वह स्वयं बोली–

''पत्थर कहकर अपमान करने वाली इस मनुष्य जाति का दिमाग मैंने ही ठीक किया है। देखा–मेरी पूजा के बगैर उनका उद्धार नहीं।''

मूर्ति का वाक्य समाप्त भी नहीं हो पाया था कि उसने सुना–''अरी मूर्ख, तू तो पत्थर की पत्थर ही रही और यहाँ आकर सर झुकाने वाला मनुष्य तो कहाँ का कहाँ पहुँच गया। अरी बावरी, मनुष्य यहाँ तुझे पूजने नहीं आता। वह तो अपने भीतर के छिपे सत्य को पूजने यहाँ आता है, क्योंकि सर्वसुलभ एवं आसानी से उपलब्ध निकटतम सत्य को दूर जाकर पूजने की उसकी पूरानी आदत है।

''अरी मूर्ख तू तो स्वयं के ही अहंकार में गोता लगाकर अपने आप अहम के भवसागर में डूबने का प्रयत्न कर रही है।''

मूर्ति बहुत लज्जित हुई और अपने ही दायरे में वह सिमट कर दुबक गई और फिर पुन: उसने ऐसा सोचने का दुस्साहस नहीं किया।

बुरा जो देखन मैं चला, बुरा न दिखा कोय।
जब मन खोजा आपना, मुझसे बुरा न कोय।।

ध्यान धारणा समाधि

यह तो घर है प्रेम का

आज मैं आपको हिमालय की उन उपत्यकाओं में सैर कराना चाहता हूं, जो कैलाश की ओर जाती हैं, जो भगवान शिव से सायुज्य प्राप्त करने की आकांक्षा रखती हैं।

आज मैं आपको उन नदी, नालों, पठारों और पर्वत चोटियों पर ले जाना चाहता हूं, जो बर्फ से मंडित विश्व के ताज की तरह अद्वितीय प्रतीत होती हैं... क्योंकि ये पगडण्डियों और ये रास्ते चाहे ऊबड़-खाबड़ हों, चाहे कंटीले हों, चाहे इस रास्ते पर टेढ़े-मेढ़े पत्थर पड़े हुए हों, परन्तु इसमें कोई दो राय नहीं कि इन रास्तों का जो समापन है, वह अद्भुत है, पूर्ण आनन्द युक्त है, पूर्णता देने वाला है, और वहां पहुंच कर पूरी यात्रा की थकान अपने-आप में समाप्त हो जाती है।

ऐसा लगने लगता है, जैसे हमने अपने जीवन की कोई पूंजी प्राप्त कर ली हो, कोई निधि अनुभव कर ली हो, और उस पूंजी को प्राप्त करने के लिए, उस सम्पत्ति को हस्तगत करने के लिए कुछ मंत्रणा, कुछ परिश्रम, कुछ तकलीफ देखनी ही पड़ती है।

उन रास्तों पर पैर लहूलुहान होते हैं, तो होते हैं, उसमें थकावट आती है, तो आती है, यदि इस रास्ते पर धूप को सहन करना पड़ता है, तो करना पड़ता है, इसलिए करना पड़ता है कि इस यात्रा का प्रारंभ चाहे कैसा भी रहा हो, मगर इस का समापन अनिवर्चनीय है, अलौकिक है। इस यात्रा को ध्यान, धारणा और समाधि कहा गया है।

जहां जीवन का प्रारंभ ध्यान से होता है, वहां जीवन का समापन समाधि से होता है। ध्यान जीवन का एक अनिवार्य और आवश्यक तत्व है। पहले हम इस बात का विवेचन करें, चिंतन करें कि आखिर इस जीवन का मकसद, मतलब क्या है?

जीवन का तात्पर्य—वह सब कुछ प्राप्त करना, जो हमारे हाथ में नहीं है, वह सब कुछ हस्तगत करना, जो अखण्ड आनन्द को देने में सहायक है।

यहां मैं 'अखण्ड आनन्द' शब्द का प्रयोग कर रहा हूं। अखण्ड आनन्द का तात्पर्य है जो बीच में समाप्त नहीं हो जाए। सुख तो आज है कल समाप्त हो सकता है।

आज शरीर स्वस्थ है, कल बीमार हो सकता है। आज पैसा है, कल पैसा समाप्त हो सकता है। यह तो टुकड़ों में जीवन जीने की एक प्रक्रिया हुई, अखण्ड जीवन नहीं हुई। अखण्ड जीवन तो केवल आनन्द के माध्यम से ही प्राप्त हो सकता है... और आनन्द का तात्पर्य है, जहां किसी प्रकार का राग, द्वेष, छल, झूठ, असत्य, व्याभिचार, दु:ख, चिन्ताएं, परेशानियां और बाधाएं नहीं हों।

—नहीं हों, यह बहुत बड़ी बात है, ऐसा सम्भव नहीं है, क्योंकि मानव जीवन इतना जटिल और दुर्बोध हो गया है, इतना कठिन और परिश्रम पूर्ण बन गया है कि पग-पग पर कई बाधाओं और परेशानियों का सामना करना पड़ता है, कई चिन्ताओं के बीच में से गुजरना पड़ता है, और उसका प्रत्येक क्षण आग में से गुजरने की प्रक्रिया के समान होता है। फिर भी आदमी उस आग में से गुजर कर जो कुछ प्राप्त करता है, वह एक बहुत छोटी सी बात होती है।

—चांदी के चंद रुपये, पुत्र और पत्नी, सम्बन्धी, स्वजन, ऐश्वर्य, मकान और वैभव ये सब तो नश्वर हैं, इसलिए नश्वर हैं, क्योंकि ये आप हैं, तब तक हैं, यदि आप नहीं हैं तो फिर इनका भी कोई अस्तित्व नहीं है।

आप जिस दिन जीवन यात्रा समाप्त कर लेंगे, उस दिन आपके पास इस शरीर में से एक मुट्ठी भर राख के अलावा कुछ प्राप्त होगा ही नहीं। आप अपने पूर्वजों को न कुछ दे पाए और न आने वाली पीढ़ियों को एक मुट्ठी भर राख के अलावा कुछ दे पायेंगे।

आपके पास कुछ रहेगा नहीं, क्योंकि आप जो कुछ अनुभव कर रहे हैं, जो कुछ आपने उपार्जित किया है, वह तो क्षण भंगुर है,

इसलिए क्षण भंगुर है, क्योंकि आप हैं, तब तक वह है, यदि आप समाप्त हो जाते हैं, तो वह स्वत: ही आपके लिए समाप्त हो जाते हैं।

यह आपके जीवन का अस्तित्व नहीं है, और आपके जीवन का भाग भी नहीं हैं... भाग नहीं है, इसलिए इसको आनन्द नहीं कहा जा सकता, इसलिए इसको अखण्ड नहीं कहा जा सकता– और मैंने शब्द प्रयोग किया था अखण्ड आनन्द।

अखण्ड आनन्द का तात्पर्य है–एक ऐसा आनन्द, जो संसार के प्रत्येक व्यक्ति के लिए एक समान उपयोगी और अनुकूल है। सुख तो प्रत्येक व्यक्ति का अलग-अलग हो सकता है। कुछ व्यक्ति धन प्राप्त करने में सुख अनुभव करते हैं, कुछ व्यक्ति अपने शरीर को मजबूत और तन्दुरुस्त बनाये रखने में सुख अनुभव करते हैं, तो कुछ भोग विलास में सुख अनुभव करते हैं और कुछ मार-पीट, छल-कपट में सुख की अनुभूति करते हैं।

सुख तो प्रत्येक व्यक्ति का अलग-अलग होता है, परन्तु आनन्द तो संसार के प्रत्येक प्राणी का एक जैसा ही होता है। प्रत्येक व्यक्ति उस आनन्द को प्राप्त करना चाहता है, जो तनाव रहित हो, जहां किसी प्रकार का टेन्स नहीं हो, जहां किसी प्रकार की व्याधि नहीं हो।

और सुख की परिभाषा शास्त्रों में की है कि जहां सुख है, वहां दु:ख अवश्यम्भावी है। भर्तृहरि ने कहा है कि

भोगे रोगभयं, कुले च्युतिभयं, वित्ते नृपालाद् भयं,
मौने दैन्य भयं, बले रिपु भयं, रूपे जराया: भयं।
शास्त्रे वादभयं, गुणे खल भयं, काये कृतान्ताद् भयं,
सर्वं वस्तु भयान्वितं भुवि नृणां वैराग्यमेवाभयं।।

अगर भोग है, तो रोग की चिन्ता हर क्षण बनी रहती है, क्योंकि जहां भोग है, वहां रोग होगा ही। जहां कुल है, जहां समाज है, वहां हर समय आशंका रहती है कि कहीं बदनामी नहीं हो जाए। उस समाज में निश्चिंतता से आदमी नहीं घूम सकता, हर क्षण उसको भय रहता है कि कहीं मेरा कार्य ऐसा नहीं हो जाए, जो अपने-आप में मेरे लिए परेशानी का कारण बन जाए।

वह सब कुछ करना तो चाहता है, मगर वह छुपकर करना चाहता है, समाज से परे हट कर करना चाहता है। इसलिए कि हर क्षण एक भय की आक्रांतता उसके ऊपर बनी रहती है, और यदि पास में पैसा है, तो प्रत्येक क्षण इस बात की आशंका और दुश्चिन्तता रहती है कि कोई चुरा नहीं ले, कहीं विश्वासघात नहीं हो जाए, कहीं मेरा रुपया कम नहीं हो जाए।

–और यदि हम बिल्कुल मौन रहते हैं, ज्यादा नहीं बोलते हैं–तो लोग यह समझते हैं कि यह व्यक्ति विद्वान नहीं है, शास्त्रों का जानकार नहीं है, मूर्ख है।

–इस बात की भी चिन्ता रहती है कि ऐसा नहीं हो जाए कि लोग हमें दैन्य कहने लगें, मूर्ख कहने लगें, इसलिए मौन रहना उससे भी अधिक तकलीफदायक हो जाता है... और यदि बलवान है, शरीर स्वस्थ है, तंदुरुस्त है, तो इस बात की हर समय आशंका रहती है कि कोई बलवान आ करके मुझे पछाड़ नहीं दे, बदनाम नहीं कर दें, गिरा नहीं दे, पराजित नहीं कर दे।

एक प्रकार से देखा जाए, तो प्रत्येक सुख के पीछे एक दु:ख लगा हुआ है, और जहां दु:ख है, वहां तनाव है, वहां आशंकायें हैं,

वहां दुश्चिन्तता है, इसलिए सुख तो अपने आप में महत्वपूर्ण वस्तु नहीं है।

इसलिए महत्वपूर्ण वस्तु नहीं है, क्योंकि उसके तीन हेतु हैं–सुख एक मृग मरीचिका है, जो आज है कल नहीं। सुख क्षण भंगुर है, कुछ क्षणों के लिए सुख प्राप्त हो सकता है... और वह सुख देने वाली वस्तु ही दु:ख का कारण बन सकती है।

जो पत्नी हम लाते हैं, वह सुख का कारण है, यदि वह कर्कशा निकल जाती है, तो वही दु:ख का कारण बन जाती है। जो सम्पत्ति हमने उपार्जित की, वह सुख का कारण तो हैं, मगर हर समय यह आशंका बनी रहती है कि कोई उसे चुरा नहीं ले, यह स्वत: ही दु:ख का कारण भी बन जाती है, इसलिए सुख अपने-आप में कोई महत्वपूर्ण, मूल्यवान वस्तु नहीं है।

मगर अखण्ड आनन्द की अनुभूति अपने-आप में महत्वपूर्ण, अनिर्वचनीय और अद्‌भुत तत्व है। एक ऐसा तत्व है, जिसे प्रत्येक व्यक्ति प्राप्त करना चाहता है। वह चाहता है कि वह तनाव रहित हो, वह चाहता है कि उसके मन में किसी प्रकार की चिन्ताएं नहीं हों, वह चाहता है कि किसी प्रकार का दु:ख नहीं हो, वह यह चाहता है कि किसी प्रकार का रोग, भय या कलह की स्थिति नहीं बने।

और साधन जुटाने मात्र से अखण्ड आनन्द प्राप्त नहीं हो सकता, धन के माध्यम से आनन्द नहीं खरीदा जा सकता, ताकत के माध्यम से आनन्द पर विजय प्राप्त नहीं की जा सकती, बुद्धि और चतुराई से हम आनन्द को हस्तगत नहीं कर सकते।

आनन्द ऐसी वस्तु नहीं है, जिसे प्राप्त किया जा सके, आनन्द तो हृदय के अंदर से निकलने वाली ऊर्जा को कहते हैं। हृदयके अंदर से एक रस प्रवाहित होता है, एक ऊर्जा प्रवाहित होती है, एक चैतन्यता प्रवाहित होती है, एक ऐसी स्थिति प्रवाहित होती है, जो अपने-आप में निमग्न कर देती है, जो मस्त कर देती है, जो बेसुध कर देती है, पागल कर देती है। वह अपने ख्यालों में, अपनी ही मस्ती में झूमता रहता है, और उसे वह सब कुछ प्राप्त हो जाता है, जो जीवन का एक आवश्यक तत्व और गुण है।

व्यक्ति का सारा तत्व सारी इच्छाएं और आकांक्षाएं इस बात में है कि उसको सुख, सौभाग्य, धन, यश, मान, पद और प्रतिष्ठा मिले, मगर इसके साथ ही साथ तनाव नहीं हो, इसके साथ ही साथ उसे किसी प्रकार की चिन्ताएं नहीं हों, किसी प्रकार की मन में दुश्चिन्तता नहीं रहे, भय नहीं रहे, आक्रान्तता नहीं रहे।

जब मन प्रसन्न होता है, तब आनन्द का प्रारम्भ होता है। जब मन प्रसन्न होता है, तो आनन्द की अनुभूतियां होती हैं। जब मन प्रसन्न होता है तब जीवन में एक उद्वेग होता है, एक प्रवाह होता है, उस प्रवाह को, उस उद्वेग को आनन्द कहा गया है।

अगर वह आनन्द जीवन का इतना आवश्यक अंग है, तो यह आनन्द किस प्रकार से प्राप्त किया जा सकता है, कैसे प्राप्त किया जा सकता है।

मैंने जैसे बताया कि यह आनन्द रुपयों के माध्यम से तो नहीं खरीदा जा सकता, ताकत के माध्यम से भी जीता नहीं जा सकता, इस आनन्द को प्राप्त करने के लिए तो अपने हृदय का मंथन करना पड़ेगा, हृदय में रस प्रवाहित करना पड़ेगा, हृदय में उस रस का प्रवाह देना पड़ेगा, जिसके माध्यम से एक असीम आनन्द, एक तनाव रहित जीवन, अपने-आप में चिन्तामुक्त जीवन की स्थिति बन सके.. यह चिन्तामुक्त जीवन जीने की जो कल्पना है, जो क्रिया है, वही अपने-आप में 'ध्यान' की प्रक्रिया है। इसलिए हमारे सारे उपनिषदों ने ध्यान को एक महत्वपूर्ण तथ्य माना है।

मानव जीवन दो भागों में बंटा हुआ है, एक उसका बाह्य जीवन है और दूसरा उसका आंतरिक जीवन है। व्यक्ति अपने बाह्य

जीवन से ज्यादा परिचित है, अपने समाज से परिचित है, अपनी पत्नी, पुत्र, बंधु, बांधव से परिचित है, अपने पड़ोसियों से परिचित है, अपने रुपयों-पैसों से, अपने व्यापार से, व्यापार की बारीकियों से तो परिचित है, मगर अपने आंतरिक जीवन से बिल्कुल अनभिज्ञ है, अनजान है, कोरा है... क्योंकि उसने कभी कोशिश नहीं की जानने की, कि मेरा आंतरिक जीवन भी मेरे जीवन का एक आवश्यक बिंदु है। जितनी बाह्य जीवन की आवश्यकता और अनिवार्यता है, उतनी आंतरिक जीवन की भी आवश्यकता और अनिवार्यता है।

मगर उसको इस बात का ज्ञान इसलिए नहीं है, क्योंकि उसको कभी इस प्रकार की शिक्षा नहीं दी गई। स्कूलों और कॉलेजों में कभी इस प्रकार की शिक्षा नहीं दी जाती। शिक्षक इस चीज को नहीं दे सकते और यह ज्ञान उनके माता-पिता को, स्वजनों को, परिवार को, सम्बन्धियों को, पड़ोसियों को, रिश्तेदारों को भी नहीं है तो वे भी इसका ज्ञान नहीं दे सकते।

नहीं दे सकते, तो उसका जीवन... आधा जीवन भले ही सफल हो जा जाए, बाह्य जीवन भले ही उसका सफल हो जाए, मगर आंतरिक जीवन अपने-आप में वैसा का वैसा बना रहता है, जैसा वह लेकर आता है।

और जब तक आंतरिक जीवन की पूर्णता प्राप्त नहीं हो जाती, जब तक जीवन तनाव रहित नहीं बन सकता, आनन्द की अनुभूतियां नहीं हो सकतीं, मानसरोवर में लहरें नहीं उठ सकती, जीवन में एक प्रवाह नहीं बन सकता, आंखों में एक चमक, एक प्रसन्नता का भाव नहीं बन सकता।

आंखों में एक प्रसन्नता, एक चमक, एक ओज, एक स्फूर्ति, एक क्षमता, एक धैर्य और एक मग्न रहने की प्रक्रिया केवल आनन्द के माध्यम से ही संभव है, और वह आनन्द केवल ध्यान के द्वारा ही प्राप्त किया जा सकता है।

इसलिए जहां बाह्य जीवन में सफलता प्राप्त करना सामाजिक दृष्टि से आवश्यक है, ठीक उसी प्रकार से अपनी पूर्णता की प्राप्ति के लिए, अपने आनन्द की प्राप्ति के लिए, तनाव रहित जीवन जीने के लिए आंतरिक जीवन को समझना और आंतरिक जीवन में प्रवेश करना भी आवश्यक और अनिवार्य है।

आंतरिक जीवन के बारे में हम उतने ही कमजोर और कोरे

हैं, जितने जन्म के समय में थे। इसलिए कि हमारे जीवन में कोई गुरु मिला नहीं, किसी ने हमारा हाथ नहीं पकड़ा, किसी ने रास्ते पर चलते हुए टोका नहीं, किसी ने हमारे कंधे पर हाथ नहीं रखा, किसी का वरद हस्त हमारे सिर पर रहा नहीं, किसी ने हमें समझाया नहीं कि तुम्हारे जीवन का आंतरिक तत्व ज्यादा महत्वपूर्ण, ज्यादा मूल्यवान, ज्यादा सार्थक है, ऐसा किसी ने बताया नहीं।

–और नहीं बताया, तो हम बेतहाशा उन तृष्णाओं के पीछे भागते चले जाते हैं, जिनकी यात्रा मृत्यु और श्मशान पर जाकर समाप्त होती है।

ऐसा जीवन जीने से क्या फायदा है? ऐसे जीवन का अर्थ व उपयोगिता क्या है? ऐसे जीवन से क्या लाभ होगा? वह जीवन तो अपने-आप में नश्वर है, व्यर्थ है? मरने के बाद उस जीवन की कोई उपयोगिता, कोई मूल्य नहीं रह जाता। इसलिए अपने आंतरिक जीवन में प्रवेश करने की क्रिया जीवन का एक धर्म है, जीवन का एक यथार्थ है, जीवन का एक चिन्तन है।

इसलिए आप इस जीवन के जिस पड़ाव पर हैं, जिस पगडण्डी पर हैं, जहां पर आप खड़े हैं, चाहे आप बीस साल की अवस्था में हैं, चाहे आप पचास साल की अवस्था में हैं, चाहे आप पुरुष हैं, चाहे आप स्त्री हैं, चाहे आप अच्छे हैं, चाहे आप बुरे हैं–एक क्षण यहां रुककर सोचना ही पड़ेगा कि ऐसा तो नहीं है कि हम आधा जीवन ही जी रहे हैं? ऐसा तो नहीं है, कि आधा जीवन हमारा कोरा का कोरा ही रह गया है? ऐसा तो नहीं है कि इस आधे जीवन के बारे में हमें कोई ज्ञान है ही नहीं... और यदि ज्ञान नहीं है, तो फिर इस आधे जीवन को जीकर ही क्या लाभ हो जायेगा?

कुछ रुपये आप मरने के बाद अपने बेटों के लिए छोड़ भी जायेंगे, तो क्या हो जायेगा? यदि आप कुछ मोटा-ताजा शरीर लेकर भी समाप्त हो जायेंगे तो क्या हो जायेगा? यदि चार-छ: मकान जोड़कर खड़े हो जायेंगे और मर जायेंगे तो क्या हो जायेगा?

वह तो जीवन का आधा भाग हुआ, हो सकता है उस आधे भाग में सुख की अनुभूतियां हुई होंगी, कुछ संतुष्टि मिली होगी, कुछ एहसास हुआ होगा कि मेरे पास सम्पत्ति है, मेरे पास धन है, मेरे पास वैभव है, मेरे पास विलास है, पर वह सब कुछ नहीं है... वह सब कुछ तो जीवन के अंदर उतरने की क्रिया के द्वारा ही सम्भव है।

इसलिए जहां बाहरी जीवन, बाहरी परिवेश है, बाहरी लोगों से सम्पर्क स्थपित करते हैं, पड़ोसियों से, सम्बन्धियों से, मित्रों से ठीक उसी प्रकार से हमें आंतरिक जीवन में अपने अंदर उतरने की प्रक्रिया का भान होना चाहिए।

हम अंदर उतरने की क्रिया सम्पन्न करें, हम और गहराई के साथ अंदर उतरें और जितना हम अंदर उतरेंगे, उतनी ही हमें जीवन में पूर्णता प्राप्त हो सकेगी, क्योंकि अंदर उतरने की क्रिया का ज्ञान केवल सद्‌गुरु के माध्यम से ही प्राप्त हो सकता है, अंदर उतरने की क्रिया का ज्ञान केवल चेतना के माध्यम से ही प्राप्त हो सकता है। गुरु ही हाथ पकड़ कर समझा सकता है कि तुम्हारे जवीन में ध्यान की प्रक्रिया एक आवश्यक और अनिवार्य तत्व है।

ध्यान का तात्पर्य है कि हम निश्चल, निर्विकार भाव से एक स्थान पर बैठ जाएं चाहे प्रात:काल का समय हो, चाहे सायंकाल का समय हो, कोई भी समय हो। हम उस स्थान पर बैठें, जहां किसी प्रकार का शोरगुल नहीं हो। इसके लिए सूर्योदय का समय सबसे ज्यादा उपयुक्त रहता है, क्योंकि उस समय कोलाहल कम होता है, हो-हल्ला कम होता है।

यदि हम उस सयम शांत चित्त और निर्विकार भाव से बैठें और धीरे-धीरे अपने नेत्र बंद करके बाहरी समाज से अपने सम्बन्ध तोड़ दें, किसी भी प्रकार का मन में विचार नहीं लायें, धीरे-धीरे अन्दर उतरने की क्रिया करें, और ऐसा अनुभव करें कि मैं अंदर उतर रहा हूं, ऐसा विचार करें कि मैं और अंदर जा रहा हूँ। हो सकता है कि प्रारम्भ में आपको इसमें सफलता नहीं मिले, हो सकता है कि प्रारम्भ में आप ऐसा एहसास करें कि ऐसा कुछ हो तो नहीं रहा है, मगर ऐसा नहीं है कि कुछ नहीं हो रहा है, बहुत कुछ हो रहा है, पर तुम्हें पता नहीं पड़ रहा है।

आपका लक्ष्य, आपका उद्देश्य और आपका कार्य केवल शांतभाव से बैठे रहना है। आपको कुछ करना नहीं है, न कुछ सोचना है, न कुछ विचारना है, न कुछ चिन्तन करना है, यह भी नहीं सोचना कि मैं कुछ ध्यान लगा रहा हूं या नहीं लगा रहा हूं।

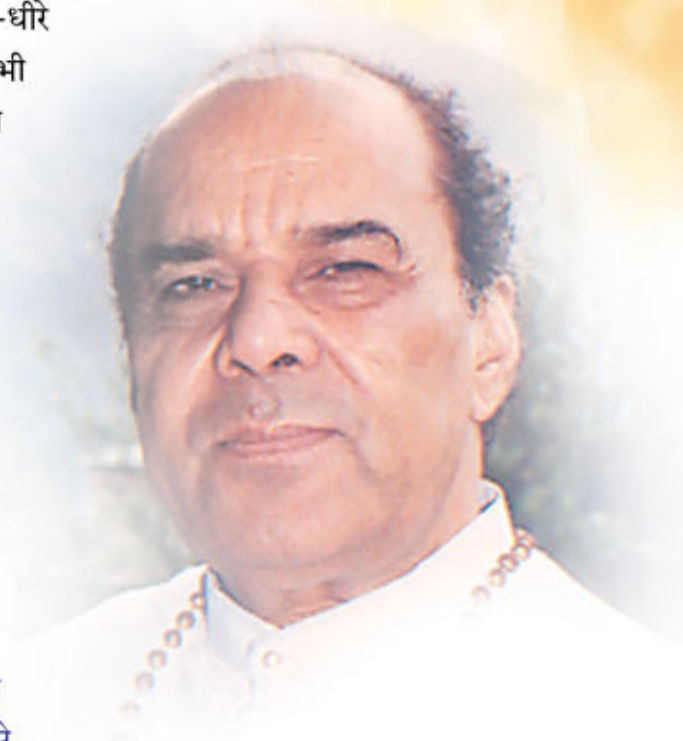
आपको तो केवल बाहरी संसार से यथासंभव, पृथक होकर, अलग होकर शांत भाव से बैठे रहना है, दो मिनट, पांच मिनट, दस मिनट, पच्चीस मिनट, चालीस मिनट। जितने ही ज्यादा निष्कम्प भाव से, बिना हिले-डुले, नेत्र बंद करके बैठे रहेंगे, आपका मन अपने-आप को नियंत्रित करता रहेगा। अपने-आप उतरने की क्रिया प्रारम्भ हो जायेगी, आपको पता भी नहीं चलेगा। आप धीरे-धीरे अभ्यास के माध्यम से एक दिन, दो दिन, चार दिन, दस दिन, पन्द्रह दिन, महीने भर के बाद स्वयं अनुभव करेंगे कि वास्तव में ही कुछ सुखद अनुभूतियां होने लगी हैं। ऐसा लगेगा, जैसे कुछ प्राप्त हो रहा है, ऐसा लगेगा, जैसे आप बाहरी संसार से कटॉफ (विरक्त) हो रहे हैं।

यदि आप निरन्तर पन्द्रह मिनट इस प्रकार से अभ्यास करें, शांत भाव से बैठे रहें कुछ सोचे नहीं, कुछ चिन्तन नहीं करें, कुछ विचार नहीं करें, किसी प्रकार का मन में आलोड़न-विलोड़न नहीं हो, तर्क-कुतर्क पैदा नहीं हो, केवल आप बैठे रहें... और यह निरन्तर बैठे रहने की क्रिया कुछ दिनों के उपरान्त ध्यान में परिवर्तित हो जायेगी।

और इसका एहसास इस बात से होगा कि उस सयम जहां पहले दिन आप आंख बंद करके बैठे, वहां बाहरी शोरगुल आपको सुनाई दिया, आवाज सुनाई दी, पत्नी की आवाज सुनाई दी, पुत्र की आवाज सुनाई दी, रोने की, हंसने की आवाज सुनाई दी ये सब आवाजें सुनाई दीं मगर तीसवें दिन ऐसा नहीं होगा, तीसवें दिन आप देखेंगे कि आप बैठें हैं और किसी प्रकार की आवाज आपके कानों में नहीं आ रही है।

इसका मतलब हुआ कि आप संसार से धीरे-धीरे पृथक हुए, धीरे-धीरे आपने अंदर प्रवेश किया, और उस स्थान पर जहां इस देह के अंदर प्राण देह है, उस देह तक पहुंचे, जहां उस देह से बाहरी देह का कुछ सम्बन्ध नहीं है, क्योंकि यह बाहरी देह बाहरी क्रियाकलापों से सम्बन्धित और सम्पर्कित रहती है, बाहरी देह से सम्बन्ध कटॉफ होते ही बाहरी समाज हमारे ऊपर किसी प्रकार का व्याघात उत्पन्न नहीं कर पाता।

इसका मतलब हुआ कि आपने तीस दिन के बाद उस प्राण देह के पास पहुंचने की क्रिया सम्पन्न की, जहां ध्यान के आगे की स्टेज है, जो ध्यान का एक महत्वपूर्ण क्षण है।

और उस प्राण देह के बाद में जब और इसी प्रकार के अभ्यास करते हरेंगे, इसी प्रकार से आप बिल्कुल निर्विकार भाव से बैठे रहेंगे, तो हजारों मील नीचे उतर सकते हैं। यह निर्विकार भाव से बैठे रहना अपने-आप में अंदर उतरने की क्रिया है, अपने-आप में

अंदर जाने कीक्रिया है, अतल गहराइयों में जाने की प्रक्रिया है, क्योंकि शरीर में इतनी गहराई है कि हजारों मील भी उसके सामने बहुत बौने हैं।

आपका शरीर केवल मात्र चार फीट का, पांच फीट का या छ: फीट का ही नहीं है, इस शरीर में तो पचास हजार मील की गहराई है, उस गहराई में आप धीरे-धीरे उतरते जाएंगे और जितना अधिक अंदर उतरते जायेंगे, उतने ही असीम आनन्द की अनुभूतियां आपको होती रहेंगी।

अत: इस प्रक्रिया के लिए किसी प्रकार का चिन्तन, विचार करने की जरूरत नहीं है... अंदर उतरने की क्रिया शांत भाव से बैठे रहने की प्रक्रिया है और जब आप प्राण देह से आगे बढ़ेंगे, तब आपके सामने एक सूक्ष्म देह उपस्थित होगी, वह प्राण देह से भी ज्यादा सूक्ष्म है।

सूक्ष्म देह का तात्पर्य है, सम्पूर्ण ब्रह्माण्ड से आपका सम्पर्क स्थापित होना।

इस ध्यान योग की प्रक्रिया से जहां आप बाहर से कटॉफ (विरक्त) हो ते हैं, वहीं अंदर के सारे ब्रह्माण्ड से आप जुड़ जाते हैं, सम्पूर्ण ब्रह्माण्ड आपके सामने साकार हो जाता है।

आप अपने घर-परिवार, बंधु-बांधव, रिश्तेदारों को देखने लग जाते हैं। आप देखने लग जाते हैं, कि संसार में कहां क्या घटना घटित हो रही है, अनेकों दृश्य आपके सामने स्पष्ट होने लग जाते हैं।

एक प्रकार से देखा जाए तो आप स्वयं एक द्रष्टा बन जाते हैं, सारी प्रकृति आपके सामने साकार होने लग जाती है। यह सूक्ष्म देह के माध्यम से संभव है, क्योंकि सूक्ष्म देह का तात्पर्य है कि आप प्राण देह से भी नीचे पहुंच चुके हैं, फिर आप एक स्थान विशेष से सम्बन्धित नहीं रह जाते हैं, फिर आप किसी छोटे से शहर से सम्बन्धित नहीं रह जाते, पूरा शहर, पूरा देश और पूरा राष्ट्र, पूरा संसार आपके सामने बिल्कुल खुली किताब की तरह स्पष्ट होता है... और आप अपनी आँखों से देख पाते हैं, उस अन्तर्चक्षु से, उस आत्मचक्षु से... यह सूक्ष्म देह ध्यान की प्रक्रिया का अगला चरण है।

ध्यान की प्रक्रिया का इससे अगला चरण ब्रह्म देह है। ब्रह्म देह का तात्पर्य है, हम स्वयं ब्रह्ममय बन जाते हैं, अपने-आप में उस ब्रह्म से साकार स्थिति स्पष्ट करने लग जाते हैं, जहां समस्त ब्रह्माण्ड एक ब्रह्म का पर्याय है। यह समस्त विश्व नहीं, ऐसे विश्व तो करोड़ों हैं इस ब्रह्माण्ड में।

उस पूरे ब्रह्माण्ड को अपनी आंखों से देखने की प्रक्रिया तब कर पाते हैं, जब ध्यान योग के माध्यम से आप ब्रह्म देह तक पहुंच पाते हैं। केवल एक ही देह आपके पास नहीं है, इस देह के अंदर दूसरी, तीसरी और चौथी देह भी है।

उस देह तक पहुंचने पर केवल आप विश्व के किसी कोने में ही नहीं, अपितु ब्रह्माण्ड के किसी भी कोने में अपनी सूक्ष्म देह के माध्यम से पहुंच सकते हैं, देख सकते हैं, अनुभव कर सकते हैं।

इस प्रकार की प्रक्रिया जब आपके सामने स्प्ष्ट होती है, तब आप विचित्र अनुभूतियों से भर जाते हैं। आपको एहसास होता है कि आप एक मामूली व्यक्ति नहीं हैं, आपको एहसास होता है कि वास्तव में ही यह ब्रह्म देह एक विशाल आनन्द का सागर है, समुद्र है, जहां आनन्द के अलावा और कुछ है ही नहीं, जहां तनाव नहीं है, जहां किसी प्रकार की चिन्ता नहीं है, जहां किसी प्रकार की परेशानी और बाधा नहीं है, अपने-आप में पूर्ण एकता है, अपने-आप में पूर्ण चैतन्यता है, आनन्द की लहरें जहां उठ रही हैं।

आप उस खुमारी में डूब जाते हैं, जो आपके चेहरे पर एक असीम आनन्द की तृप्ति देने लग जाती है। एक मस्ती, एक तृप्ति, एक

पूर्णता, एक चैतन्यता जब आपके चेहरे को आभायुक्त बना देती है तब आप एक अलग प्रकार के व्यक्तित्व बन जाते हैं, ऐसा लगता है, जैसे आप वो हैं ही नहीं, जो थे, ऐसा लगने लग जाता है कि आप बिल्कुल अलग हैं, क्योंकि सम्पूर्ण ब्रह्माण्ड में देखने की प्रक्रिया का आपको ज्ञान हो जाता है।

पूरे ब्रह्माण्ड को आप अपनी आंखों से देख सकते हैं, व्याघात उत्पन्न कर सकते हैं, उसमें हस्तक्षेप कर सकते हैं, ब्रह्माण्ड में किसी भी स्थान पर जा सकते हैं, आ सकते हैं, अपनी इस सूक्ष्म देह के माध्यम से... और इस देह को सूक्ष्म देह में परिवर्तित कर सकते हैं और सूक्ष्म देह को इस पूर्ण देह में परिवर्तित कर सकते हैं।

यह बहुत महत्वपूर्ण घटना है। एक ऐसी स्टेज है, जहां आदमी पूर्ण पुरुष बनने की प्रक्रिया आरम्भ करता है।

''अहं ब्रह्मास्मि द्वितीयो नास्ति''

ब्रह्माण्ड में दूसरा कुछ है ही नहीं, पूरा ब्रह्माण्ड मेरे अंदर समाहित हैं, क्योंकि मैं ब्रह्म हूं और जहां ब्रह्म है, वहां ब्रह्माण्ड है, वहां जीवन की प्रत्येक हलचल है, घटना है... और इस जीवन की नहीं, इस विश्व की नहीं, इस सूर्य लोक, चन्द्र लोक, तारा लोक, नक्षत्र लोक और इन्द्र लोक जितने भी लोक हैं, उन सबकी हलचल, उन सबकी घटनायें मेरे अंदर समाहित हैं। मैं उन सबको देख सकता हूँ, वहां पहुंच सकता हूं, वहां से वापिस आ सकता हूं। जो भी ध्यान योग प्रक्रिया में जाता है, वह इस स्थिति को प्राप्त करता है... और जब इस स्थिति को प्राप्त करता है, तो उसे असीम आनन्द की अनुभूति होती है।

इस ध्यान योग के बाद स्थिति बनती है ''धारणा की''। धारणा का मतलब है–जो कुछ हमने प्राप्त किया है, वह बना रह सके। जैसा अभी मैंने आपको बताया कि सुख तो क्षण भंगुर है, आता है और चला जाता है। अगर धन से आपको सुख अनुभव होता है, तो जब तक धन प्राप्त होता है, तब तक तो आप सुखी हैं, मगर जिस दिन आपका धन चला जाता है, आप उस सुख से वंचित हो जाते हैं, वह टिका नहीं रहता, वह स्थायी नहीं होता, आनन्द भी स्थायी नहीं रह सकता, यदि आप में धारणा शक्ति नहीं है।

इसलिए योगियों ने, शास्त्रों ने, पुराणों ने, वेदों ने, उपनिषदों ने इस बात को स्पष्ट किया है कि ध्यान का अगला चरण, ध्यान की अगली प्रक्रिया धारणा को अपने-आप में सुदृढ़ और पुष्ट करना है, क्योंकि धारणा शक्ति के माध्यम से हम जीवन के प्रत्येक क्षण तक उस विश्व और उस ब्रह्माण्ड से एकाकार बने रह सकते हैं और हजारों-लाखों वर्षों की आयु प्राप्त कर सकते हैं।

यदि हमारे पूर्वजों के पास हजार वर्षों की आयु थी, यदि वे इच्छा मृत्यु को प्राप्त हो सकते थे, तो हम भी इच्छा मृत्यु को प्राप्त कर सकते हैं। हम चाहें तभी मृत्यु प्राप्त हो, मृत्यु हमें दबोच नहीं सके, मृत्यु हम पर आक्रमण नहीं कर सके, मृत्यु हम पर हमला नहीं कर सके। ऐसी स्टेज तब आ सकती है, जब हम धारणा शक्ति को प्राप्त कर लेते हैं।

और धारणा शक्ति की प्राप्ति के लिए यह जरूरी है आप अपने जीवन में उस ध्यान प्रक्रिया के माध्यम से आगे बढ़ें। इसलिए उपनिषदों में ''धारणा इति गुरुः'' गुरु को ही धारणा शक्ति कहा गया है।

क्योंकि गुरु ही अपनी विशेष तेजस्विता के प्रभाव से आपके शरीर में धारणा शक्ति को बढ़ा सकता है। आप जो सूक्ष्म देह और प्राण देह प्राप्त करने के आकांक्षी हैं, और जो ब्रह्म देह आपके पास होती है, उस ब्रह्म देह को निरन्तर ब्रह्म देह बनाये रखने के लिए गुरु की, नितान्त अनिवार्यता है, आवश्यकता है।

गुरु आपको उस मंत्र को, उस चेतना को दे सकता है, उस तपस्या के अंश को दे सकता है, जिसके माध्यम से आप उस ब्रह्म देह को यथावत् बनाये रख सकें, ब्रह्म देहके बाद वापिस आप उसी मूल स्वरूप में आ सकते हैं, सांसारिक क्रियाकलाप सम्पन्न कर सकते हैं और उसके बाद वापिस ब्रह्म देह में पहुंच सकते हैं।

इसलिए ब्रह्म देह में पहुंचने के बाद गुरु का निरन्तर चिन्तन, ध्यान, मनन प्रक्रिया और गुरु की सान्निध्यता बहुत अधिक आवश्यक है।

अभी मैंने आपको बताया कि 'धारणा इति गुरुः' धारणा को गुरु कहा जाता है, अर्थात् गुरु के माध्यम से ही धारणा शक्ति पुष्ट और प्रबल होती है, क्योंकि धारणा शक्ति के लिए जरूरी है कि एक बहुत बड़े नलके से आपके छोटे नलके में जल प्रवाहित हो, जहां ज्ञान का विशाल भण्डार भरा हुआ है, उस ज्ञान के भण्डार में से ज्ञान आपके पास प्रवाहित हो।

सूर्य के माध्यम से दीपक की लौ लगे, वसन्त के माध्यम से आप में सुगन्ध का झोंका प्रवाहित हो... और यह वसन्त, यह सूर्य, गुरु ही हो सकता है, जहां ज्ञान का असीम भण्डार है, जहां साधना की पूर्णता है, उच्चता है, श्रेष्ठता है, दिव्यता है और परिपूर्णता है।

इसलिए जब ध्यान के माध्यम से आप उस स्थिति पर पहुंचते हैं, तब यह जरूरी है कि आपके सामने वह गुरु हो, जो इस प्रक्रिया में अपने-आप में पूर्ण सम्पन्न हों, जिसकी कुण्डलिनी जाग्रत हो, जो क्रिया योग में दक्ष हो, जो सिद्धाश्रम में पूर्णता प्राप्त कर सका हो, जो तुम्हें ज्ञानश्चेतना दे सके, जो तुम्हारी उंगली पकड़ के इस धारणा शक्ति में पूर्णता और प्रबलता प्रवाहित कर सके।

ऐसा ही गुरु अपनी ज्ञानश्चेतना के माध्यम से आपकी धारणा शक्ति को प्रबल और पुष्ट बनायेगा, जिससे आपने जो कुछ अनुभव किया है, जो कुछ प्राप्त किया है, वह ज्यों का त्यों का बना रह सके, उसमें विश्रृंखलता नहीं आए, न्यूनता नहीं आये, किसी प्रकार की कमी नहीं आये... और यह कमी तब तक नहीं आ सकती, जब तक आप बराबर उस क्रिया और प्रक्रिया को चालू रखते हैं, परन्तु यदि आपने उस समय उस क्रिया को बंद कर दिया तो फिर ध्यान शक्ति में न्यूनता आ जायेगी।

आप ब्रह्म देह से वापिस इस स्थूल देह तक पहुंच जायेंगे, परन्तु आप धारणा शक्ति में पहुंच गए हैं, तो फिर आप जहां पहुंचे हैं, वहां से वापिस निकलने का रास्ता नहीं रहेगा, फिर आप में न्यूनता नहीं आ सकती, जो कुछ आपने प्राप्त कर लिया, वह तो रहेगा ही। निरन्तर आगे बढ़ने की प्रक्रिया होगी, पीछे हटने की प्रक्रिया नहीं होगी।

और इस दूसरे चरण में, इस धारणा में जो आपने ध्यान प्रक्रिया सम्पन्न की है, उस ध्यान प्रक्रिया का मानसिक एकाग्रता के साथ गुरु चिन्तन हो, गुरु पूजन हो, ओर सबसे बड़ी बात यह कि गुरु में एकाग्रता हो, गुरु में पूर्णरूप से समर्पण होने की प्रक्रिया हो... और पूर्णरूप से समर्पण होने की प्रक्रिया के लिए जरूरी है कि आप पूर्ण रूप से मन और मस्तिष्क से समर्पित हों, फिर आपका कुछ अस्तित्व नहीं रहे।

इस स्टेज पर, इस स्थिति में आने के बाद आपको कुछ भी भान नहीं रहे। आप अपने-आप में कुछ हैं ही नहीं, किसी प्रकार का

अस्तित्व आपका नहीं है, जो कुछ है, वह गुरु में विसर्जित कर दिया, लीन कर दिया..., तो फिर आपके पास कुछ रहा नहीं... और यह देने की प्रक्रिया धारणा शक्ति है, अपने-आप में समर्पण करने की प्रक्रिया धारणा शक्ति है।

मगर यह समर्पण शब्दों के माध्यम से नहीं हो सकता, यह समर्पण हाथ जोड़ने के माध्यम से भी नहीं हो सकता। यदि आप समझते हैं, कि गुरु की आरती उतारने से या अगरबत्ती लगाने से ही समर्पण हो जाता है, तो गलत है।

समपर्ण का तात्पर्य है कि गुरु जो आज्ञा दे, उसका बिना नामूच किये पालन किया जाये, क्योंकि गुरुअपने स्वार्थ के लिए कभी आज्ञा नहीं देगा। गुरु तो बहुत दूर ही देखता है, वह देखता है कि इसको जीवन की पगडण्डी पर कहां खड़ा करना है, और जहां खड़ा करना है, उसके लिए आज इसको कौन सी आज्ञा देनी है।

हो सकता है वह परीक्षा ले, हो सकता है वह आगे बढ़ाए, आप नहीं समझ सकते कि यह आगे बढ़ाने की प्रक्रिया है या परीक्षा लेने की प्रक्रिया है। आपका मन्तव्य, चिन्तन केवल इतना है कि जो कुछ आज्ञा दी जाए, उसको पूरा करना है, वह चाहे आपके हितों के विपरीत हो, वह चाहे आपके हितों के अनुकूल हो।

आपका हित और अहित, आपका जीवन, अस्तित्व और अस्तित्वहीनता यहांकुछ नहीं है, आप हैं ही नहीं। जहां समर्पण है, वहां धारणा शक्ति है, जहां गुरु आज्ञा का पूर्ण रूप से पालन करने की प्रक्रिया है, वहां धारणा शक्ति है, जहां उनका अनुगामी बनने की प्रक्रिया है, वहां धारणा शक्ति है।

जहां आपके पास तर्क आया, जहां आपने झूठ और छल का सहारा लिया, आश्रय लिया, जहां आपने पाखण्ड किया, जहां केवल हाथ जोड़कर, मन में कुछ और चिंतन किया, आपने यह प्रदर्शन किया कि मैं गुरु की भक्ति पूर्णरूप से करता हूं, पच्चीस लोग खड़े हों आप जोरों से तालियां पीट रहे हों या आरती कर रहे हों भोग लगा रहे हों और दक्षिणा दे रहे हों... यह सब तो दिखावा है, यह सब तो पाखण्ड है। गुरु इस बात को समझता है, वह मन ही मन मुस्कराते हुए इस बात को अनुभव करता है कि यह सब कुछ गलत है, मगर वह उस लीला को बराबर देखता रहता है, उस क्रिया को बराबर देखता रहता है, यह आपकी धारणा शक्ति नहीं है।

धारणा शक्ति का तात्पर्य है कि आपके आंसुओं से उनके पद प्रक्षालित हों। उनके चरणों में आप सिर रखकर, आंसुओं से उनके चरणों को धोयें, अपने-आप को पूर्ण विसर्जित करें। आपका हृदय गद्‌गद्‌ हो, गला भर जाए, रुंधे हुए गले से जो कुछ शब्द निकले, गुरुदेव शब्द ही निकले, तभी पूर्णता होगी।

धारणा शक्ति का तात्पर्य है कि आपके आंसुओं से उनके पद प्रक्षालित हों। उनके चरणों में आप सिर रखकर, आंसुओं से उनके चरणों को धोयें, अपने-आपको पूर्ण विसर्जित करें। आपका हृदय गद्‌गद्‌ हो, गला भर जाए, रुंधे हुए गले से जो कुछ शब्द निकलें, गुरुदेव शब्द ही निकलें, तभी पूर्णता होगी।

धारणा शक्ति का तात्पर्य है–आप में हर क्षण यह इच्छा हो कि मैं दौड़कर गुरु के पास जाऊं। यह अलग बात है कि आपकी मजबूरी हो और आप नहीं पहुंच सकें। यह अलग बात है कि आपका शरीर साथ नहीं दे और आप नहीं जा सकें। यह अलग बात है कि ऐसी सामाजिक परिस्थितियों हों और आप नहीं जा सकें... नहीं जा सकें, यह अलग चीज है, मगर आपकी उत्कंठा, आपकी तीव्रता... आपकी इच्छा, आपकी भावना अत्यन्त तीव्र हो, आपके मानस में हर क्षण एक छटपटाहट बनी रहे कि मुझे हर हालत में गुरु के पास पहुंचना है... और यदि मैं नहीं पहुंचता हूं, तो एक छटपटाहट, एक बेचैनी, एक अभाव अनुभव हो।

यह अनुभव ही धारणा शक्ति को प्रबल बनाता है, तब एहसास होता है कि जीवन का यह भाग एक महत्वपूर्ण भाग है, क्योंकि कोई मेरा है, जिसके पास मुझे जाना है, कोई मेरा है... जिसको प्राप्त करना ही जीवन का लक्ष्य है, उद्देश्य है।

कोई मेरा है, जिसके हाथों में अपना हाथ देकर मैं निश्चिंत हूं। कोई ऐसा व्यक्तित्व है, जिसके चरणों में बैठकर एक असीम सुख की अनुभूति होती है। कोई व्यक्तित्व ऐसा है, जिसके पास बैठकर अपने दु:ख और दर्द को पूरी तरह से कह सकता हूं... और कह देता हूं तो अपने आप को हल्का कर लेता हूं, अपने मन का बोझ दूर कर लेता हूं, अपने-आप को पूर्ण रूप से विसर्जित कर लेता हूं।

क्योंकि जो कुछ मेरा तर्क-कुतर्क हुआ, जो मेरा कुछ विचार हुआ, वह मैंने उनके सामने व्यक्त कर दिया, मगर उसके साथ आपके प्राणों के सम्बन्ध बनने चाहिए, देह के सम्बन्ध नहीं।

देह के सम्बन्ध तो एक सामान्य व्यक्ति के साथ भी बन जाते हैं, पत्नी के साथ भी बन जाते हैं, पुत्र के साथ भी बन जाते हैं। हम हर समय चिंता भी रखते हैं कि पुत्र बाहर गया है, तो सकुशल वापिस लौटे। हम इस बात की भी चिंता रखते हैं कि उसकी तबियत ठीक रहे, स्वास्थ्य ठीक रहे..., ये देहगत सम्बन्ध हैं।

देहगत सम्बन्ध गुरु से होना कोई बहुत बड़ी बात नहीं है। प्राणगत सम्बन्ध हों... और प्राणगत सम्बन्ध का तात्पर्य है कि आप हजारों मील दूर बैठे हों, यहां गुरु के पावं में कांटा चुभे और दर्द आपको एहसास हो, तो समझना चाहिए कि प्राणगत सम्बन्ध हैं। यदि यहां गुरु की तबियत ठीक नहीं है और आपका जी बड़ा बेचैन होता हो, बड़ी छटपटाहट महसूस होती हो, ऐसा लग रहा हो, जैसे कुछ खो गया है, कुछ खालीपन सा है, कुछ गड़बड़ है, कुछ ऐसा है, जो ठीक नहीं है, अगर ऐसी छटपटाहट, ऐसी वेदना होती है और मालूम नहीं होता कि वेदना क्यों है, किस कारण से है... हजारों मील दूर बैठकर यह जो सम्बन्ध और साहचर्य बन जाता है, यही धारणा है।

आपके मन में हर समय उत्कण्ठा और आकांक्षा रहती है कि मैं गुरु के पास पहुंचूं... और गुरु जिस तरीके से भी खुश हों, प्रसन्न हों, उस तरीके से मुझे गुरु को खुश और प्रसन्न करना है।

वे मुझे किस प्रकार उपयोग करते हैं, यह उनकी इच्छा पर निर्भर है, यह उनकी इच्छा पर निर्भर है कि वे मुझे क्या काम लेना चाहते हैं। मैंने तो अपने-आप को उनको समर्पित कर दिया है, अब वे जिस प्रकार से चाहें मेरा उपयोग करें, वे उपयोग करें और हम अपना उपयोग करने दें, इसको धारणा शक्ति कहा गया है। इसको जीवन की पूर्णता कहा गया है, इसको जीवन का आनन्द कहा गया है।

धारणा शक्ति का तात्पर्य है, गुरु की पूर्ण शक्ति आपके साथ रहे... और गुरु की पूर्ण शक्ति स्पष्ट रूप से दिखाई तो नहीं देती, मगर आपके पीछे बराबर वह शक्ति, वह ताकत बनी रहती है।

एक मामूली सा पुलिस वाला बड़े से बड़े गुण्डों को थप्पड़ मारकर रोक देता है, और वे गुण्डे थरथराने लग जाते हैं। इसका मतलब यह नहीं कि पुलिस ताकतवर है उन गुण्डों पर, इसका तात्पर्य है कि पुलिस के पीछे राज्य का, गवर्मेंट का प्रभाव है, पूरी फोर्स है, उस फोर्स की वजह से उस पुलिस में ताकत है।

ठीक उसी प्रकार से आप चाहे दुबले-पतले हों, पर आपके पीछे एक फोर्स है, जो दिखाई नहीं देती, मगर उसकी वजह से आप में

पूरी ताकत, पूरी क्षमता आती है, वह ताकत, वह क्षमता गुरु की दी हुई है, जिसको आप अनुभव करते हुए निरन्तर धारणा शक्ति में पूर्णता प्राप्त करते रहते हैं।

ध्यान और धारणा के बाद तीसरी स्थिति 'समाधि अवस्था' की होती है। जहां आप गुरु के चरणों में बैठ गए, जहां आपने अपने-आप को गुरु के चरणों में विसर्जित कर दिया, जहां आप इस बात के लिए कृतकृत्य होते हुए कि गुरु ने आपको आज्ञा दी, आपको कोई काम सौंपा, आपकी सेवाओं का उपयोग किया, और आप ने बिना किसी हिचकिचाहट के, उस आज्ञा का पालन किया, चाहे वह आज्ञा आपके हित में रही या अहित में रही, वह चाहे आपके लिए नुकसानदायक रही या लाभदायक रही, वह अलग बात है, मगर आप ने उन आज्ञाओं का पालन किया, उनके लिए उपयोगी बने, यह धारणा शक्ति है... और इस धारणा शक्ति के आगे की स्थिति 'समाधि अवस्था' है।

समाधि अवस्था का तात्पर्य है–आप उन समस्त सिद्धियों को प्राप्त कर सकें, जो पूरे ब्रह्माण्ड में विचरित हैं, वे चाहे अणिमादि सिद्धियां हो, वह चाहे महाकाली हो, महालक्ष्मी हो, महासरस्वती हो, बगला हो, छिन्नमस्ता हो, धूमावती हो, वे चाहे इन्द्र हों, विष्णु हों, रुद्र हों, कार्तिकेय हों, और चाहे किसी प्रकार की देवी हों, देवता हों, भूत हों, प्रेत हों, पिशाच हों, राक्षस हों, गन्धर्व हों, किन्नर हों–उन सबको हस्तगत कर लेने की क्रिया समाधि अवस्था में ही आ सकती है।

समाधि का तात्पर्य है–आप स्वयं पूर्णरूप से ब्रह्म बन जाते हैं। ब्रह्म का दर्शन नहीं, ब्रह्म से अनुभूति भी नहीं, ब्रह्म की सामीप्यता नहीं, अपने-आप को पूर्ण रूप से ब्रह्ममय करने की प्रक्रिया समाधि अवस्था है... और समाधि का तात्पर्य है, अपने-आप में पूर्ण निश्चिंत होकर डूब जाने की प्रक्रिया।

यह क्रिया गुरु अपने-आप सबको सिखाएगा, मार्ग दर्शन करेगा, वह आपको दीक्षा देगा, वह आपको समझायेगा कि समाधि अवस्था आपको कैसे प्राप्त हो सकती है। ज्यों ही गुरु की शक्ति आपको प्राप्त होगी, त्यों ही आप स्वतः समाधि अवस्था की ओर चलते रहेंगे।

उस समाधि अवस्था में जाने के लिए आपको किसी प्रकार का प्रयत्न और परिश्रम करने की जरूरत नहीं है। उस समाधि अवस्था में जाने के लिए आपको कोई युक्ति या तरकीब हाथ में लेने की जरूरत नहीं है, न प्राणायाम की जरूरत है न भस्त्रिका की जरूरत है।

आप तो उस एक शक्ति के सहारे निरन्तर आगे बढ़ते रहेंगे, और यह निरन्तर आगे बढ़ने की क्रिया समाधि अवस्था में होगी, निरन्तर आगे बढ़ने की क्रिया ब्रह्ममय होने की क्रिया ही होगी, आप अपने-आप आगे बढ़ेंगे।

जहां आप आगे बढ़ते रहेंगे, वहीं सुख और सौभाग्य की अनुभूतियां होंगी, आपके चेहरे पर एक विशेष प्रकार का आभामण्डल स्थापित होगा, ऐसा लगेगा जैसे आपके चेहरे पर एक भव्यता है। आपके ललाट पर खड़ी लकीरें इस बात का परिचायक होंगी कि वास्तव में ही आपने समाधि अवस्था को प्राप्त किया है। एक सामान्य मनुष्य की जो ललाट की लकीरें होती हैं, वे बाएं से दाएं की ओर होती हैं या दाहिने से बायीं की ओर होती हैं, मगर जो उच्चकोटि का योगी है, जो उच्चकोटि की स्थिति प्राप्त करने वाला है, उसकी नाक के आगे से लगाकर के ऊपर सहस्रार तक जो लकीरें जाती हैं, वे अपने-आप में इस बात का परिचायक हैं कि आपका आभामण्डल पूर्णता प्राप्त किये हुए है।

आप इस समाधि अवस्था को प्राप्त किये हुए हैं, आप स्वयं अपने-आप में ब्रह्म हैं, ऐसी स्थिति जब आप प्राप्त कर लेते हैं, तो फिर उस समाधि अवस्था में जाने के बाद आप कई दिनों की समाधि प्राप्त कर सकते हैं, इस समाज से कटकर।

उस समय आप सांसारिक कार्य करते रहते हैं, मगर फिर भी आप निर्विकल्प रहते हैं, निर्विचार रहते हैं। सब कुछ निर्वाह करते हुए भी आप किसी के नहीं हैं, और सबके हैं, ऐसी स्टेज होने पर, आपके चेहरे पर एक विशेष प्रकार का तेज बिम्ब, प्रतिबिम्बित होता है।

ऐसा लगता है, जैसे यह व्यक्ति अत्यन्त भव्य और अद्वितीय है, सुदर्शन है, लोगों में बार-बार आपको देखने की इच्छा होगी। आप यदि किसी को कुछ कहेंगे भी, तो उसको एक पुष्प के समान अनुभव होगा, वह एक चुम्बक की तरह आपके पास खिंचा हुआ चला आएगा, आपके सान्निध्य में रहेगा, आपकी सायुज्यता में रहेगा, फिर हरदम उसकी इच्छा, आकांक्षा रहती है कि चाहे आप कुछ कहें या नहीं कहें, मगर आपके पास बैठने से ही उसको एक विशेष अनुभूति, सुख और तृप्ति का भान होगा।

ऐसी स्थिति बनने पर आप कई-कई महीनों की समाधि लगा सकते हैं। जिस समय चाहें जिस प्रकार से चाहें किसी भी लोक में उस सूक्ष्म देह के माध्यम से जा सकते हैं, आ सकते हैं... वह चाहे ब्रह्म लोक हो, चाहे विष्णु लोक हो, चाहे रुद्र लोक हो, चाहे कैलाश हो, चाहे मानसरोवर हो, चाहे कोई घाटी हो, चाहे नक्षत्र मण्डल हो, आपके लिए वह सब कुछ सहज सुलभ है।

यह ऊपरी देह तो यहीं रहेगी। ऊपरी देह तो इसी प्रकार से प्रक्रिया करती रहेगी। बाहरी व्यक्ति भी आपकी ऊपरी देह को ही देखेंगे, जबकि सूक्ष्म देह से आप उस समय कहीं अन्यत्र विचरण कर रहे होंगे। सूक्ष्म देह उस समय किसी और स्टेज पर होगी, और उस स्टेज पर खड़े होकर आप वहां की स्थिति को देख सकेंगे, अनुभव कर सकेंगे, अपने जीवन को देख सकेंगे, और सबसे बड़ी बात इस जीवन में आप जो कुछ करना चाहते हैं, जो कुछ देना चाहते हैं, उस प्रकार से आप इस मनुष्य जाति को बहुत कुछ प्रदान कर सकेंगे। यह स्टेज, यह स्थिति पूर्णता की स्टेज है। इस स्टेज को यदि हम कलाओं में कहें, तो यह दस कलाओं को प्राप्त करने की प्रक्रिया है।

यद्यपि इसके आगे की क्रियाएं भी हैं, मगर वे तो गुरु के माध्यम से ही प्राप्त हो सकती हैं कि हम एकादश कला को प्राप्त करें, बारहवीं कला को प्राप्त करें, तेरहवीं, चौदहवीं, पन्द्रहवीं और सोलहवीं कला को प्राप्त करें। सही अर्थों में हम पुरुष बन सकें, पुरुषोत्तम बन सकें, सही अर्थों में पूर्ण चैतन्य बन सकें, ब्रह्म बन सकें... फिर हम गृहस्थ में रहते हुए भी पूर्ण योगी बने रह सकते हैं, और पूर्णयोगी रहते हुए भी पूर्ण गृहस्थ रह सकते हैं।

यह स्टेज, यह स्थिति जीवन की पूर्णता की परिचायक है, और ऐसी स्टेज आने पर वह व्यक्ति अखण्ड आनन्द में निमग्न रह सकता है, फिर उसको राग, द्वेष, दु:ख, भय, कष्ट और पीड़ाएं व्याप्त होती ही नहीं या उसके जीवन में आती ही नहीं, क्योंकि वह प्रकृति में हस्तक्षेप कर जो कुछ प्राप्त करना चाहता है, वह प्राप्त कर लेता है, विपरीत परिस्थितियों को अपने अनुकूल बना लेता है, उसको किसी प्रकार की चिन्ता व्याप्त नहीं होती।

यद्यपि उसके जीवन में चिन्ताएं आती हैं, यद्यपि उसके जीवन में बाधाएं, परेशानियां आती हैं, दु:ख और कष्ट आते हैं, अभाव और पीड़ाएं आती हैं, आलोचनाएं होती हैं, गालियां मिलती हैं, पर उसके चित्त पर उनका कोई प्रभाव नहीं पड़ता।

वह इस बात की चिन्ता ही नहीं करता कि कोई उसे गालियां दे रहा है, वह तो अपने ख्यालों में, अपनी ही मस्ती में आगे बढ़ता रहता है, और पूर्ण शास्त्रों का ज्ञाता बन जाता है। ऐसा ज्ञाता बन जाता है कि सारे वेद, पुराण उसको कण्ठस्थ हो जाते हैं।

वह जहां भी जिस प्रकार का उदाहरण देना चाहे, दे सकता है। गीता पर भाष्य लिख सकता है, घण्टों बोल सकता है महाभारत पर, रामायण पर, उपनिषदों पर, विश्वामित्र पर, विज्ञान पर, चेतना पर... जिस पर भी बोलना चाहें।

व्यक्ति घण्टों तर्क के साथ बोल सके... वह समाधि अवस्था के बाद ही संभव है। चेहरे पर एक विशेष प्रकार का ओज प्रतिबिम्बित होता है, यह समाधि अवस्थाके बाद ही संभव है, और यह धारणा शक्ति के बाद गुरु के बताये हुए रास्ते से निरन्तर आगे बढ़ने की प्रक्रिया है।

आप कुछ नहीं करें, आपको कुछ करने की जरूरत ही नहीं है, अपने-आप गुरु की शक्ति आपको आगे बढ़ाती रहेगी... आगे बढ़ाती रहेगी, और वह सब कुछ आप प्राप्त करते रहेंगे, जो आपके जीवन में अनिवार्य और आवश्यक है।

ऐसी स्टेज, ऐसी स्थिति जब आपके जीवन में प्राप्त होती है, अनुभव होती है, तब आप सही अर्थों में पूर्ण व्यक्तित्व बनते हैं, तब आप सही अर्थों में पूरे ब्रह्माण्ड का एक भाग बनते हैं, एक चैतन्य पुरुष बनते हैं, जिसको महापुरुष कहा जाता है, जो एक विशिष्ट मानव की संज्ञा से विभूषित होता है, जिसको ब्रह्म कहा जाता है, जिसको अखण्डानन्द कहा जाता है, जिसको जीवन की परिकल्पना कहा जाता है।

इसलिए शास्त्रों में ध्यान, धारणा और समाधि को अत्यन्त महत्वपूर्ण माना है, क्योंकि यह आंतरिक जीवन की परिपूर्णता है। इस आंतरिक जीवन के माध्यम से ही व्यक्ति उन समस्त सत्यों को अनुभव कर सकता है, जिन सत्यों के माध्यम से वह जीवन में पूर्णता प्राप्त कर सके। इन सत्यों के माध्यम से वह आनन्द की अनुभूतियां प्राप्त कर सके, इन सत्यों के माध्यम से उसे वह सब कुछ प्राप्त हो सके, जो उसके जीवन की आकांक्षा है। फिर उसके जीवन में भूख-प्यास, दु:ख-दर्द, बेचैनी, छटपटाहट कुछ भी व्याप्त नहीं होती।

वह जिस प्रकार से चाहे प्रकृति को अपने अनुकूल बना लेता है, प्रकृति का दोहन कर सकता है, और प्रकृति से लाभ उठा सकता है।

मैं यहाँ पर इस समाधि अवस्था को प्राप्त करने की प्रक्रिया के लिए या ध्यान, धारणा और समाधि तीनों अवस्थाओं को एक साथ प्राप्त करने की प्रक्रिया के लिए उस मंत्र का उच्चारण कर रहा हूं, जो मंत्र अपने-आप में एक अद्वितीय मंत्र हैं, और निरन्तर इस मंत्र को सुनने से भी स्वत: ध्यान की प्रक्रिया प्रारंभ हो जाती है, स्वत: धारणा शक्ति बलवती हो जाती है, स्वत: समाधि अवस्था में आदमी पहुंच जाता है, इसके लिए किसी प्रकार का प्रयत्न करने की जरूरत नहीं है।

इसलिए जब आप ध्यानावस्था में जाने की कोशिश करें, तो इस मंत्र को सौ बार सुनें, हजार बार सुनें और अपने-आप, आप अपने अंदर उतरते रहेंगे, गहराई में उतरते रहेंगे, वह सब कुछ प्राप्त करते रहेंगे, जो जीवन का अभीप्सित है। उस गोपनीय, विशिष्ट और अद्वितीय मंत्र को मैं आपके सामने उच्चरित कर रहा हूं, जो आपके लिए पहली बार स्पष्ट हो रहा है, जो अत्यन्त महत्वपूर्ण और मूल्यवान है।

मंत्र

ॐ परं वै प्रतन्त पूर्वा: स:सतां सदीर्घा स:ऽधौ सचैतन्यम् सपरिपूर्णताम्।

परिपूर्णताम् पूर्णताम् वां पूर्वा: समाधि वैं: सत: सा शत: सा शत: सहस्रमयि।।

उपरोक्त मंत्र मैंने आपके सामने स्पष्ट किया, जिसके माध्यम से एक सामान्य व्यक्ति भी ध्यानावस्था में जा सके। यदि इस मंत्र को इसकी मूल ध्वनि में किसी कैसेट पर बार-बार रिपीट कर लें और उस कैसेट को बजाते रहें, तो यह मंत्र बार-बार आपके कानों के माध्यम से आपके हृदय में प्रवेश करता रहेगा।

हृदय के उन तन्तुओं को, उन स्थितियों को जाग्रत करता रहेगा, जिसके माध्यम से आदमी की ध्यान शक्ति मजबूत होती है, जहां अन्दर उतरने की प्रक्रिया प्रारम्भ होती है, अंदर उतर कर वह उस सूक्ष्म देह को प्राप्त कर सकता है, ब्रह्म देह को प्राप्त कर सकता है, जिससे समस्त ब्रह्माण्ड में उसकी गति बन सके, समस्त ब्रह्माण्ड में वह गतिशील हो सके।

–और इसी मंत्र का निरन्तर उच्चारण करने से उसकी धारणा शक्ति में भी प्रबलता और पुष्टता आती है। यदि उसके जीवन में गुरु सुलभ नहीं होते, तो गुरु सुलभ हो जाते हैं, और जब गुरु सुलभ हो जाते हैं, तो उनकी कृपा प्राप्त होती है, उनकी कृपा प्राप्त होने के साथ-साथ व्यक्ति की धारणा शक्ति में वृद्धि होती है।

इस मंत्र का निरन्तर श्रवण करने से जहां ध्यान और धारणा में परिपूर्णता आती है, वहां साथ ही साथ उसको समाधि अवस्था भी प्राप्त होने लग जाती है, वह अपने-आप पूर्ण ब्रह्ममय हो जाता है।

वह अपने-आप में पूर्ण ब्रह्ममय होता हुआ, समस्त चैतन्यता को प्राप्त करता हुआ, जितने लोक हैं, ब्रह्माण्ड के प्रत्येक लोक में जा सकता है, वहां जीवन की पूर्णता प्राप्त कर सकता है, और सही अर्थों में वह अखण्ड आनन्द की अनुभूतियों को प्राप्त कर सकता है।

इसलिए इस प्रवचन में मैंने आपके सामने उन क्रियाओं को स्पष्ट किया है, जिन्हें ध्यान, धारणा और समाधि कहा जाता है, जिनको जीवन की पूर्णता कहा जाता है, जो अपने-आप में 'अहं ब्रह्मास्मि' का सूत्र है, सूक्ष्मता है।

मैंने उस गोपनीय मंत्र का आपके सामने उच्चारण किया, जिस मंत्र का नित्य प्रात: श्रवण करना आपके लिए जरूरी है ही। इसलिए मूल मंत्र को आप सुनें, निरन्तर सुनते रहें, तब यह एहसास करने लगेंगे कि वास्तव में आप पहले की अपेक्षा बहुत तेजी के साथ अग्रसर होते हुए ध्यान शक्ति प्राप्त कर रहे हैं।

बहुत तेजी के साथ बढ़ते हुए आप धारणा शक्ति की ओर अग्रसर हो रहे हैं। मैं आपको पूर्णरूप से आशीर्वाद देता हूं कि आप अपने जीवन में महामानव बनें, पूर्ण चैतन्य बनते हुए उस समाधि अवस्था को प्राप्त करें और ब्रह्माण्ड का एक भाग बनें। मैं आपको ऐसा ही आशीर्वाद दे रहा हूं।

–पूज्यपाद सद्गुरुदेव डॉ. नारायणदत्त श्रीमालीजी
(परमहंस स्वामी निखिलेश्वरानन्दजी)

'नारायण मंत्र साधना विज्ञान' पत्रिका आपके परिवार का अभिन्न अंग है। इसके साधनात्मक सत्य को समाज के सभी स्तरों में समान रूप से स्वीकार किया गया है, क्योंकि इसमें प्रत्येक वर्ग की समस्याओं का हल सरल और सहज रूप में समाहित है।

कनकधारा यंत्र एवं माला

वर्तमान सामाजिक परिवेश के अनुसार जीवन के चार पुरुषार्थों में अर्थ की महत्ता सर्वाधिक अनुभव होती है। परंतु अब भाग्य या प्रारब्ध के कारण जीवन में अर्थ की न्यूनता व्याप्त हो, तो साधक के लिए यह आवश्यक हो जाता है कि वह किसी दैविक सहायता का सहारा लेकर प्रारब्ध के लेख को बदलते हुए उसके स्थान पर मनचाही रचना करे।

'कनकधारा यंत्र' एक ऐसा अद्‌भुत यंत्र है, जो गरीब से गरीब व्यक्ति के लिए भी धन के स्त्रोत खोल देता है, यह अपने आप में तीव्र स्वर्णाकर्षण के गुणों को समाविष्ट किए हुए है। लक्ष्मी से संबंधित सभी ग्रंथों में इसकी महिमा गायी गई है। शंकराचार्य ने भी निर्धन ब्राह्मणी के घर स्वर्ण वर्षा कराने हेतु इसी यंत्र की ही चमत्कारिक शक्तियों का प्रयोग किया था।

नारायण मंत्र साधना विज्ञान

मासिक पत्रिका का वार्षिक मेम्बरशिप ऑफर

405/-

साधक को चाहिए कि इस यंत्र को किसी बुधवार को अपने पूजा स्थान में स्थापित कर दें। नित्य इसका ुं कुंम, अक्षत एवं धूप से पूजन कर इसके स क्ष निम्न मंत्र का 1 माला जप करें।

मंत्र

।। ॐ ह्रीं सहस्त्रवदने कनकेश्वरि शीघ्रं अवतर आगच्छ ॐ फट् स्वाहा।।

यह मंत्र 11 बुधवार तक करें, फिर यंत्र को जहाँ पैसे रखते हैं वहाँ रख दें।

यह दुर्लभ उपहार तो आप पत्रिका का वार्षिक सदस्य अपने किसी मित्र, रिश्तेदार या स्वजन को भी बनाकर प्राप्त कर सकते हैं। यदि आप पत्रिका-सदस्य नहीं हैं, तो आप स्वयं भी सदस्य बनकर यह उपहार प्राप्त कर सकते हैं।

वार्षिक सदस्यता शुल्क - 405/- + 45/- डाक खर्च = 450/-, Annual Subscription 405/- + 45/- postage = 450/-

नारायण मंत्र साधना विज्ञान जोधपुर

डॉ. श्रीमाली मार्ग, हाईकोर्ट कॉलोनी, जोधपुर-342001

8890543002 | 0291 2432209, 0291 2432010, 0291 2433623, 0291 7960039

एषा विश्वमोहिनी

धन वर्षा का बेजोड़ मंत्र

कामाख्या

तंत्र

- विश्व का सर्वाधिक तीव्र तंत्र है–कामाख्या तंत्र
- शक्ति आधारभूता कामाख्या देवी से सम्बन्ध रखने के कारण.....
  जहां सती का गुह्यांग गिरा।
- तांत्रिकों का तीव्र स्थल और सिद्ध पीठ।
- जीवन की प्रत्येक मनोकामना को पूर्ण करने में समर्थ
  शक्ति पीठ, तीव्र तंत्र.....

जिसका विशिष्ट धनदायक यह प्रयोग
अभी तक प्रकट ही नहीं हो सका था।

योगिनी हृदय में विस्तार से वर्णन मिलता है कि देवी अंग-प्रत्यंग गिरने से कहां-कहां कौन से
शक्तिपीठ स्थापित हुए, उसकी क्या विशेषता है,
भगवान शिव द्वारा सती के शव को लेकर घूमने की कथा तो सभी को ज्ञात है,
लेकिन उसका खण्डन करने पर किस अंग का सम्बन्धित स्थान से क्या
महत्व माना इसका रहस्य बहुत कम लोग ही जानते हैं।
जहां-जहां नाभि के ऊपर के अंग गिरे वे स्थान वेदोक्त अथवा दक्षिण मार्गी साधना के स्थान बने
जबकि नाभि के नीचे के अंग जहां-जहां गिरे वे वाममार्गी साधना के गढ़ बने।

कामाक्षी अर्थात् काम की अक्षि! काम की दृष्टि से जीवन को निहारने की कला जो कामख्या तंत्र का आधार है.... कामाक्षी काली ही बन जाती है महालक्ष्मी मंत्रों के थोड़े से परिवर्तन से।

जहां महासती की योनि गिरी वहीं स्थापित हुआ विश्व विख्यात कामाक्षी पीठ अर्थात् काम की आंख का पीठ! काम की आंखों से जीवन को समझने का रहस्य! क्योंकि काम ही व्यक्ति के जीवन की गतिशीलता उसकी सरसता का मूल कारण है, जिस प्रकार से पुष्पों के मध्य सुगन्ध न दिखाई पड़ते हुए भी चारों ओर व्याप्त रहती है। यदि जीवन से काम को निकाल दिया जाए तो शेष कुछ रह ही नहीं जाता क्योंकि यही तो सम्पूर्ण जीवन चक्र की गति का कारण है और इसी पर प्रत्येक तंत्र का ढांचा खड़ा है। महाशक्ति ही अपने ज्योति स्वरूप में महायोनि रूपा ही है।

जीवन की मूल शक्ति काम शक्ति पर आधारित होने के कारण ही कामाख्या तंत्र अन्य पंथियों की अपेक्षा अपने स्वरूप में पूर्ण स्पष्टता रखता है और जीवन की सभी स्थितियों को लेकर चलने वाला तंत्र है। यह इतना अधिक तीक्ष्ण और प्रभावशाली तंत्र है कि गोपनीय और अप्रचलित ही रहा।

कामख्या साधना का अर्थ वामाचारी पद्धतियां या मांस, मदिरा, मैथुन तक ही सीमित नहीं है, कामाख्या साधना भोग-विलास या स्वेच्छाचार की साधना नहीं है। यह जीवन के मूल रहस्य, शक्ति और जन्म का उद्‌गम समझाते हुए एक विशिष्ट साधना शैली है। यह परम्परा अत्यन्त प्राचीन है और 'बहवृचोपनिषद' में उल्लेख मिलता है कि कामाख्या देवी ही सृष्टि की सृजन कर्त्री है। उन्होंने ही पराशिव का भी सृजन किया है और आगम ग्रंथों में पराशिव को ही काम कहा गया है। इससे स्पष्ट है कि कामाख्या देवी जीवन के प्रत्येक स्थिाति में व्याप्त हैं ही।

कामाख्या तंत्र तो जीवन को पूर्णता देने का तंत्र है। जिस प्रकार कामाख्या देवी ही जीवन का सृजन करने वाली है और जीवन की प्रत्येक स्थिति में उनका ही वर्चस्व है। उसी प्रकार कामख्या तंत्र भी जीवन की प्रत्येक स्थिति से सम्बन्ध रखता है। कामपीठ से जो भी प्रकट होगा वह पूर्ण ही होगा और इसी से कामाख्या तंत्र में एक-एक स्थिति का वर्णन मिलता है। जीवन की सफलता कई-कई छोटी-छोटी बातों के मिलने से ही पूरी होती है। धन-दौलत, पद, प्रतिष्ठा, स्वास्थ्य, पत्नी सुख, पुत्र सुख, वेभव, शत्रुनाश, राज सुख और ऐसी ही अनेक बातों से मिलकर जीवन को सम्पूर्णता मिलती है। इन सभी के बीच में धन का और ऐश्वर्य का विशेष अर्थ होता है और कम से कम इस युग में तो अवश्य ही। आज के युग में यदि व्यक्ति चाहे कि वह सीमित सी आय में जीवन का सुख पूरी तरह से भोग ले तो यह सम्भव ही नहीं। केवल पद-प्रतिष्ठा और समाज में सम्मान की दृष्टि से ही नहीं आज तो जीवन की जरूरी बातें पूरी करने के लिए भी सामान्य से भी अधिक धन की आवश्यकता पड़ती है। कामाख्या तंत्र इस बात की उपेक्षा नहीं करता।

कामाख्या तंत्र में जिस प्रकार लक्ष्मीदायक प्रयोग वर्णित हुआ है, उसमें मूल पूजन तो कामाक्षी देवी का ही है किन्तु मंत्र के अन्तर से यही कामाक्षी साधना धनदायक साधना के रूप में, लक्ष्मीदायक साधना के रूप में

काम की पीठ से जो कुछ प्रकट होगा वह पूर्ण होगा ही, सौन्दर्यशाली भी होगा, क्योंकि यह पूर्णता की पीठ ही नहीं सृजन की पीठ भी है.....अमृत पीठ भी तो है... और इसी से कामाख्या तंत्र के धनदायक प्रयोग भी अचूक हैं, जीवन को सम्पन्न बनाने वाले हैं।

लाभकारी सिद्ध होती है। इस साधना में जिस कामाक्षी काली यंत्र की आवश्यकता पड़ती है, उसका अमृत पीठेश्वरी मंत्रों से सिद्ध होना आवश्यक होता है। इसी काम पीठ की सौम्य और वरदायक रूप में संज्ञा अमृत पीठेश्वरी है और वास्तव कामाख्या अमृत पीठेश्वरी बन कर ही धन-दायक सिद्ध होती है। अत: सामान्य कामाख्या पूजन से प्रचुर धन-दायक योग सिद्ध नहीं होता है। इसके लिए तो यह विशेष साधना सम्पन्न करनी ही पड़ती है। कामाख्या काली का स्वरूप तो पूर्ण रूप से तांत्रोक्त ही है।

इस यंत्र को किसी भी बुधवार की रात्रि में 10 बजे के बाद लाल वस्त्र पर स्थापित कर दें और इसका पूजन लाल फूलों, बिल्व पत्र, लवंग, रक्त चन्दन, सिन्दूर, काजल से करने के बाद एक विशेष न्यास सम्पन्न करें। जो इस साधना का मूल रहस्य है। इस न्यास में जिसे योनि न्यास के नाम से जाना जाता है, प्रत्येक सम्बन्धित अंग को स्पर्श करते हुए एक पाटला छुआएं और अलग पात्र में रखते जाएं। इस न्यास को सम्पन्न कर साधक पूरी तरह से शक्तिमय बन आगे के महत्वपूर्ण कामाक्षी लक्ष्मी मंत्र को अपने शरीर में समाहित कर पाने में समर्थ होता है। यह गोपनीय न्यास इस प्रकार है–

योनि न्यास–

शिरसे दक्षिण भागे –'ॐ योनि वीरायै नम:।' शिरसे वाम भागे 'ॐ योनि वीरायै नम:।' नासाग्रे–'ॐ योनि प्रतीकायै नम:।' दक्षिण नेत्रे–'ॐ योनि कामायै नम:।' वाम नेत्रे–'ॐ योनि हारायै नम:।' ओष्ट पुटे–'ॐ योनि रूपायै नम:।' दक्षिण कपोल स्थले–'ॐ योनि च्छायै नम:।' वाम कपोल स्थले–'ॐ योनि कामायै नम:।' चिबुके–'ॐ योनि प्रतीकायै नम:।' दक्षिण बाहु मूले–'ॐ योनि चित्तायै नम:।' वाम बाहु मूले–'ॐ योनि नित्यायै नम:।' हृदये–'ॐ योनि स्पष्टै नम:।' दक्षिण स्तने–'ॐ योनि आवाह्यायै नम:।' वाम स्तने–'ॐ योनि विद्धायै नम:।' नाभि–'ॐ योनि स्थापयै नम:।' इस प्रकार योनि न्यास कर तथा स्वयं को कामाक्षी रूपा अनुभव कर विद्ध माला द्वारा निम्न गोपनीय मंत्र की तीन माला मंत्र जप करें। मंत्र जप न इससे कम करना है और न इससे अधिक।

मंत्र

।। ॐ फट् कामाख्यै पूर्णत्व देहि देहि फट्।।

मंत्र जप पूर्ण कर पुन: कामाक्षी काली यंत्र का पूजन लाल पुष्पों से ही करें और यंत्र को तथा समस्त पन्द्रह पाटला व माला किसी लाल वस्त्र में बांध कर रख दें। यदि भविष्य में कभी गौहाटी स्थित कामाख्या देवी के मंदिर जाने का अवसर मिले तो वहीं भेंट स्वरूप चढ़ा दें, अन्यथा घर में सुरक्षित रखा रहने दें, किसी अन्य के द्वारा भी न चढ़वायें।

यह साधना वास्तव में तंत्र की एक सशक्त और प्रभावशाली साधना है जिसके द्वारा साधक के जीवन में एक के बाद एक धन के स्रोत मिलने आरम्भ हो जाते हैं। यदि वह नौकरी पेशा है तो कोई सहयोगी मार्ग प्रकट हो जाता है या पैतृक धन आदि के द्वारा धन प्राप्ति का नया मार्ग खुलता है। व्यापारी है तो व्यापार में लाभ की स्थिाति या नये व्यापार को आरम्भ करने की स्थिति बनती है या शेयर मार्केट में एकदम से लाभ मिल जाता है। कहने का तात्पर्य है कि धन प्राप्ति के एकदम से इतने अधिक मार्ग या तो खुल जाते हैं या सूझने लगते हैं कि साधक हतप्रभ रह जाता है और एक प्रकार से धन की उसके ऊपर वर्षा सी होने लगती है।

इस साधना का प्रभाव व्यक्ति को निरन्तर मिलता रहता है फिर भी वर्ष में एक बार होली अथवा दीपावली के दिन पुन: इसे सम्पन्न कर लेना चाहिए।

साधना सामग्री-660/-

कुण्डलिनी अध्यात्म साधना का प्रमुख अंग रहा है

लगभग सभी प्रकार की योग साधनाओं की यह मूलाधार है, षट्चक्र भेदन कर सहस्रार का अमृत पान करने में यही शक्ति माध्यम रही है,
जो व्यक्ति प्रयत्न कर अपने जीवन में कुण्डलिनी को जाग्रत कर सहस्रार पान कर लेता है, वह योगियों में सर्वश्रेष्ठ और पूर्ण सिद्ध बन जाता है।

कुण्डलिनी साधना

अध्यात्म जगत में जीवन का सौन्दर्य, जीवन का आनन्द, कुण्डलिनी जागरण को माना गया है।

अध्यात्म जगत की क्रियाएं पूर्णत: साधक की आन्तरिक अवस्था पर ही निर्भर रहती हैं।

व्यक्ति इस आन्तरिक अवस्था को प्राप्त करने हेतु विभिन्न ग्रंथ पढ़ता है,

लेकिन इसका अनुभव, तो वह तभी कर सकता है जब वह स्वयं इस यात्रा पर निकल पड़े; मात्र ग्रंथ पढ़ने से व्यक्ति भ्रमित होने के अलावा अन्य कोई ठोस तथ्य नहीं प्राप्त कर पाता।

इन ग्रंथों से उसके समक्ष एक भ्रमित कर देने वाले चित्र का खाका उपस्थित हो जाता है, जिसमें वह और अधिक भ्रमित होता चला जाता है। वह वास्तविक ज्ञान से अनभिज्ञ अधकचरे ज्ञान में ही उलझता चला जाता है।

साधक आन्तरिक जगत की यात्रा, तो करना चाहता है, लेकिन आन्तरिक जगत की यात्रा किस प्रकार करे, यह उसे ज्ञात नहीं होता है? तो क्या इन सबके अभाव में साधक को यही सोचकर संतोष कर लेना चाहिए, कि यह तो उच्चकोटि के संन्यासियों और सिद्धों की बात है सामान्य लोग इस अवस्था को नहीं प्राप्त कर सकते हैं।

कदापि नहीं, यदि वह ऐसा सोचता है तो यह उसका दुर्भाग्य ही होगा। यह अवस्था असम्भव तो नहीं, कठिन अवश्य है; क्योंकि कुण्डलिनी जागरण की यात्रा को आनन्द की यात्रा कहा गया है, उल्लास की यात्रा कहा गया है, पूर्णता की यात्रा कहा गया है।

मूलाधार से सहस्रार तक की यात्रा को कुण्डलिनी जागरण कहा गया है।

कुण्डलिनी जागरण की क्रिया मृत्यु से अमृत्यु की ओर जाने की क्रिया है और इस यात्रा पर एक मात्र गुरु ही पूर्णता से शिष्य को गतिशील कर सकते हैं और इसका एकमात्र साधन है, कि हम गुरु को अपने हृदय में स्थापित करें।

गुरु जब दीक्षा के द्वारा शिष्य की आन्तरिक शक्ति को झंकृत कर देते हैं, तो शिष्य में चैतन्यता का सञ्चार स्वत: होने लग जाता है और उसमें अद्वितीयता उत्पन्न हो जाती है।

यदि व्यक्ति गृहस्थ में रहते हुए भी इस पथ पर अग्रसर हो सके, तो यह उसका सौभाग्य ही है।

–लेकिन यह सब इतना सहज नहीं होता, इसके लिये तो पूर्ण समर्पण होना आवश्यक है।

इस चेतनाहीन जीवन में, जिसमें कभी किसी प्रकार का उत्साह नहीं रहा, उस जीवन में आन्तरिक शक्ति को जाग्रत कर, पूर्ण रूप से चैतन्य कर ब्रह्माण्ड से जुड़ जाने की क्रिया है। कुण्डलिनी जागरण अपने आपको शक्ति सम्पन्न बना लेने की क्रिया है।

कुण्डलिनी जागरण की यात्रा को तय करने में व्यक्ति को सात चक्रों से गुजरना पड़ता है। इन सातों चक्रों की यात्रा को पार करना ही आनन्द की यात्रा है, पूर्णता है।

कुण्डलिनी जागरण की यात्रा को तय करने में व्यक्ति को सात चक्रों से गुजरना पड़ता है। इन सातों चक्रों की यात्रा को पार करना ही आनन्द की यात्रा है, पूर्णता है।

कुण्डलिनी साधना में प्रतिदिन ब्रह्ममुहूर्त में उठकर सिद्धासन या पद्मासन में बैठ जाएं। पहले प्राणायाम एवं भस्त्रिका का अभ्यास आवश्यक है।

फिर सद्गुरुदेव का विधि विधान से पूजन करें और गुरु मंत्र की 4 माला जप करें।

इसके बाद ही इस साधना को सम्पन्न करें।

साधना सामग्री - कुण्डलिनी जागरण यंत्र एवं स्फटिक माला।

संकल्प- इष्ट देवता-स्वरूपा-कुल-कुण्डलिनी -प्रीत्यर्थे अमुकक्षर कुल-कुण्डलिनी मन्त्रस्य पुरश्चरणमहं करिष्ये।

यहाँ पर इष्ट देवता शब्द के स्थान पर अपने इष्ट का उच्चारण करना चाहिए।

विनियोग -

अस्य सर्व-सिद्धिद-श्रीकुण्डलिनी-महा-मन्त्रस्य भगवान श्री महाकाली ऋषि:, विश्व महाशक्ति -श्रीकुण्डलिनी देवता, त्रिष्टुप् छन्द:, माया (ह्रीं) बीजं, सिद्धि: शक्ति:, प्रणव (ॐ) कीलक, चतुर्वर्ग-जपे विनियोग:।

ऋष्यादि-न्यास

श्रीमहाकाल-ऋषये नम: शिरसे।

विश्व-व्यापिनी-महा-शक्ति-श्रीकुण्डलिनी-देवतायै नम: हृदि।

त्रिष्टुप्-छन्दसे नम: मुखे।

माया-बीजाय नम: लिंगे।

सिद्धि-शक्तये नम: नाभौ

प्रणव-कीलकाय नम: पादयो:।

चतुर्वर्ग-प्राप्तये जपे विनियोगाय नम: सर्वांगे।

षडंग न्यास	कर-न्यास
ह्रां	अंगुष्ठाभ्यां नम:
ह्रीं	तर्जनीभ्यां स्वाहा
ह्रूं	मध्यमाभ्यां वषट्
ह्रैं	अनामिकाभ्यां हुँ
ह्रौं	कनिष्ठिकाभ्यां वौषट
ह्र:	करतल-करपृष्ठाभ्यां फट्।

अंग-न्यास

हृदयाय नम:
शिरसे स्वाहा
शिखायै वषट्
कवचाय हुँ
नेत्र-त्रयाय वौषट्
अस्त्राय फट्।

ध्यान

सिन्दूरारुण-विग्रहां त्रि-नयनां माणिक्य-मौलि स्फुरत्।
तारा-नायक-शेखरां स्मित-मुखीमापीस-वक्षोरुहाम्।
पाणिभ्या मणि-पूर्ण-रत्न-चषकं रक्तोत्पलं विभ्रतीम्।
सौम्यां रत्न-घटस्य-सव्य-चरणां ध्यायेत् परामम्बिकाम्।।

कुण्डलिनी मंत्र

।। ॐ ऐं ह्रां ह्रीं ह्रूं ह्रैं ह्रौं ह्र: कुल-कुण्डलिनी जगन्मात: सिद्धि देहि-देहि स्वाहा।।

उपरोक्त मंत्र का स्फटिक माला से नित्य 11 माला मंत्र 11 दिनों तक करना है। जप समाप्ति के बाद इसके फल को कुण्डलिनी देवी को समर्पित करें-

गुह्याति-गुह्य गोप्त्री त्वं गृहाणास्मत्-कृतंजपं त्वत्प्रसादान्मे देवि सिद्धिर्भवति महेश्वरि।।

इसके बाद कुण्डलिनी शक्ति को हाथ जोड़कर प्रणाम करते हुए उसकी स्तुति करें।

कुण्डलिनी स्तुति

ॐ नमस्ते देवि-देवेशि! योगीश-प्राण-वल्लभे सिद्धदे! वरदे! मात:! स्वयम्भू-लिंग-वेष्टिते ॐ प्रसुप्त-भुजंगाकारे! सर्वथा कारण-प्रिये काम-कलान्विन्ते! देवि! ममाभीष्टं कुरुष्व मे ॐ असारे घोर-संसारे भव-रोगात् कुलेश्वरि सर्वदा रक्ष मां देवि! जन्म-संसार-सागरात्।

वस्तुत: कुण्डलिनी साधना जीवन की सौभाग्यदायक साधना है और इस साधना को पूर्णता के साथ सम्पन्न करने पर साधक सिद्ध योगी बन कर सम्पूर्ण विश्व पर अपना आधिपत्य स्थापित करने में सफल हो पाता है।

साधना सामग्री-550/-

22.06.22

सिद्धाश्रम जयन्ती

के अवसर पर

देह सिद्धि गुटिका

सिद्धाश्रम दिवस के अवसर पर मैं कुछ ऐसे रसायनों के बारे में अपनी जानकारी प्रस्तुत कर रहा हूँ जो कि अब तक अप्रकाशित रही है। यों तो पत्रिका में समय-समय पर रसायन विज्ञान से संबंधित लेख प्रकाशित होते रहे हैं और मैंने उन लेखों का अध्ययन भी किया है। मेरे जीवन का बहुत बड़ा भाग रसायन के क्षेत्र में ही व्यतीत हुआ है वह पूज्य गुरुदेव की कृपा ही है।

रसायन विज्ञान के अन्तर्गत पारे (पारद) को शुद्ध करना, उसे दोष मुक्त बनाना,

उसमें से सभी प्रकार के मल का निष्क्रमण करना आदि कार्य हैं, दूसरे चरण में पारद के सोलह संस्कार हैं,

जिसके माध्यम से पारद स्वर्ण भक्षी बन जाता है,

और आगे चलकर वह पारा ही पारस के रूप में निर्मित हो जाता है।

यह अपने आप में गहन, गंभीर और विस्तृत विषय है, इसका जितना अध्ययन किया जाय वह कम है।

1. देह सिद्धि

देह सिद्धि का तात्पर्य पारद को इस प्रकार से संस्कारित करना है, कि जिसके सेवन से यह शरीर समस्त प्रकार की व्याधियों से मुक्त हो सके, वृद्धावस्था समाप्ति हो सके और पूरा शरीर दिव्य, चैतन्य, तेजस्वी और लोहे की तरह मजबूत हो सके।

देह सिद्धि आज के युग में भी संभव है और नागार्जुन ने इसके बारे में स्पष्ट कहा है–

ससकः सर्वमोहघ्नः कफपित्तविनाशनः।
नैत्ररोगक्षयघ्नश्य लोहपारदअंजनः।।
नागार्जुनेन सदिष्टौरसश्च रसकावुभौ।
श्रेष्ठो सिद्धरसौ ख्यातो देहलौहकरो परम्।।

अर्थात् पारे को अभ्रक चूर्ण में पका कर अम्ल में सूरण रस भावना दी जाय और फिर इसे खरल कर कोष्ठी यंत्र में अग्नि ताप दिया जाय, लगभग तीन घण्टे तक ऐसा करने पर पारद सूर्य के समान दिव्य और तेजस्वी हो जाता है, ऐसे पारद का नित्य चौथाई रत्ती सेवन किया जाय तो एक महीने में ही पूर्ण रूप से देह सिद्धि हो जाती है और उसका शरीर लोहे की तरह मजबूत सोने की तरह तेजस्वी और अपने आप में दिव्य आभायुक्त बन जाता है।

उपरोक्त विधि सरल है और मेरी राय में यदि इस क्षेत्र में किसी को थोड़ा सा भी ज्ञान है, तो वह उसमें सफलता पा सकता है।

आज मैं इस महत्वपूर्ण दिवस पर इस गुटिका के बारे में जानकारी प्रस्तुत कर रहा हूँ, जो कि अपने आप में सर्वथा गोपनीय और महत्वपूर्ण रही है।

सिद्ध गुटिका

यदि पारे को संस्कार से सिद्ध बनाकर पक्क बीज में जारण किया जाय तो यह गुटिका तैयार हो जाती है।

यह रस सिद्ध गुटिका अपने आप में अत्यन्त दिव्य और तेजस्वी होती है।
इसके माध्यम से कई प्रयोग सम्पन्न किये जाते हैं।
देव रत्न में बताया गया है, कि इसके द्वारा व्यक्ति सर्वथा सुरक्षित रहता है।

इसी ग्रन्थ में यह भी बताया है, कि इसको अपने सिरहाने रख कर रात्रि को सो जाय और सोने से पूर्व प्रश्न जानना चाहे, तो उस प्रश्न का उत्तर मिल जाता है परन्तु ये क्रियाएँ सम्पन्न करने से पूर्व इसे अपनी दाहिनी हथेली में रख कर पूर्ण श्रद्धापूर्वक एक माला मंत्र जप कर देना चाहिए, जिससे कि यह संबंधित साधक के लिए सिद्ध हो जाय। वह मंत्र इस प्रकार है–

।। ॐ ह्रीं हूं फट् चक्रेश्वरी परत पादुका साधनं स्वर्ण देहि वज्र देहि फट्।।

यह मंत्र जप किसी भी माला के द्वारा सम्पन्न किया जा सकता है।

जैसा कि मैंने बताया है कि इससे अनेकों प्रकार के लाभ उठाये जा सकते हैं। जिनमें से कुछ उदाहरण इस प्रकार हैं–

1. इसके पास में रहने से व्यक्ति सुरक्षित रहता है और आने वाले खतरे का आभास पहले से ही हो जाता है।
2. इस गुटिका को मंत्र सिद्ध कर यदि कोई प्रश्न की जानकारी साधक चाहे तो मंत्र का 11 बार उच्चारण कर इस सिद्ध गुटिका को सिरहाने रख कर सो जाय तो रात्रि में उसे उस प्रश्न का उत्तर मिल जाता है।
3. नाथपंथियों के अनुसार किसी भी अमावस्या की रात्रि को या ग्रहणकाल में इस गुटिका को दाहिने हाथ में रख कर एक माला मंत्र जाप किया जाय तो निश्चय ही साधक का मन चाहा कार्य सम्पन्न हो जाता है।

यों तो इस गुटिका के बारे में समस्त ग्रन्थों में बहुत कुछ लिखा गया है, जिसका वर्णन इस छोटे से लेख में संभव नहीं, परन्तु इसमें कोई दो राय नहीं, कि इसको शास्त्रों में 'दिव्य गुटिका' कहा है, यह गुटिका अगर अपने पास रखी जाय तो वह किसी पर भी वशीकरण क्रिया सम्पन्न कर सकता है, यदि यह गुटिका अपनी जेब में रख कर किसी अधिकारी से मिले तो वह अधिकारी उसकी बात मान लेता है।

सम्मोहन और वशीकरण क्रिया में तो यह गुटिका अपने आप में अद्वितीय है। इस गुटिका के प्रभाव से व्यक्ति के शरीर में कुछ ऐसा आकर्षण उत्पन्न हो जाता है, कि लोग उससे आकर्षित होते हैं और एक प्रकार से उन पर सम्मोहन सा छा जाता है।

रस दर्पण में इस गुटिका के बारे में कहा गया है कि यदि इस गुटिका को दुकान में किसी कपड़े में बांध कर लटका दिया जाय तो दुकान की बिक्री आश्चर्यजनक रूप से बढ़ जाती है, और इस प्रकार वहाँ लक्ष्मी का वास हो जाता है।

एक अन्य ग्रन्थ में इस गुटिका के बारे में बताया है, कि किसी तांबे के गिलास में इस गुटिका को रख दिया जाय और उस गिलास में पानी भर दिया जाय सुबह उठने पर गिलास में से गुटिका को तो बाहर निकाल दिया जाय और उसका नित्य पान किया जाय तो अन्त:करण शुद्ध होता है। और उस पानी पर 1 माला गुरु मंत्र जप करके यदि रोगियों को पिलाया जाय तो उनके रोग समाप्त हो जाते हैं। यदि किसी को भूत-प्रेत लगा हो और उसे इस जल को पिलाया जाय तो शरीर स्थित भूत-प्रेतों का उपद्रव समाप्त हो जाता है, यदि इस प्रकार के जल को घर में छिड़का जाय तो घर में किसी ने यदि कोई क्रिया या तांत्रिक प्रयोग सम्पन्न करवाया हो तो वह तांत्रिक प्रयोग समाप्त हो जाता है।

नागार्जुन ने स्वयं इस प्रकार की गुटिका की अत्यन्त प्रशंसा की है और कहा है कि यह तो अपने आप में एक सम्पूर्ण रत्न है, जिसे घर में रखने से ही आर्थिक उन्नति होती रहती है, जीवन में किसी प्रकार की बाधा या अड़चन नहीं आती है। यदि गुटिका घर में है तो कभी भी इसका उपयोग हो सकता है।

साधना सामग्री-300/-

एक दिन सिद्धाश्रम की चर्चा चलने पर सद्गुरुदेव ने कहा था कि
''जीवन का परम सौभाग्य तो सिद्धाश्रम पहुंचना है, यदि मानव जन्म लेकर भी सिद्धाश्रम नहीं जा सके तो जीवन ही अकारथ चला जाता है। यद्यपि जगत में ढोंग बढ़ गया है और कई संन्यासी अपने आपको सिद्धाश्रम का सिद्ध योगी कहने लगे हैं परन्तु असत्य ज्यादा दिन तक छिपा नहीं रह सकता। बातचीत एवं चेहरे की तेजस्विता से इस बारे में पता चल जाता है।''

इस देश में कई संन्यासी, उच्च कोटि के हैं जो सिद्धाश्रम जा सके हैं और पुनः गृहस्थ में आ सके हैं, उनके चरणों में बैठकर उनके बताये हुए मार्ग पर चलकर सफलता पाई जा सकती है और सिद्धाश्रम पहुंचा जा सकता है।
पूछने पर उन्होंने बताया कि ज्ञान गंज, सिद्ध गंज या सिद्धाश्रम एक ही स्थान के नाम हैं।

यह विश्व का अद्वितीय सिद्ध स्थल है जो कि कैलाश मानसरोवर के उत्तर में स्थित है। यह पूर्णतः सिद्ध पीठ है, जहाँ पहुंचने के लिए योगी, सन्त, साधु, संन्यासी तरसते रहते हैं। वैदिक काल से लगाकर अब तक इसका बराबर अस्तित्व बना हुआ है।

सिद्धाश्रम से सम्बन्धित कुछ जटिल प्रश्नों के सरल उत्तर

प्रश्न– सिद्धाश्रम कहां है और इसका स्वरूप क्या है?

उत्तर– यह शाश्वत अवर्णनीय अद्वितीय आश्रम है, जहां पिछड़े कई हजार वर्षों से उच्च कोटि के योगी तपस्यारत हैं, यह मानसरोवर के पास स्थित कैलाश पर्वत से आगे लगभग 200 मील की दूरी पर स्थित है, मानसरोवर के आगे का पूरा रास्ता बर्फीला है इसके आगे केवल वही व्यक्ति जा सकता है, जिसने उच्च कोटि की साधनाएं सम्पन्न की हों गुरु कृपा से जब ऐसी साधनाएं सम्पन्न होती है, तब गुरु अपने साथ उसे लेकर सिद्धाश्रम आते हैं, इसके आगे सिद्धाश्रम के तपस्वियों द्वारा प्राप्त संकेतों से ही बढ़ना सम्भव है।

यह सैकड़ों मील लम्बा चौड़ा परम पावन पवित्र देव दुर्लभ आश्रम है, जिसमें आज भी उच्च कोटि के ऋषियों वशिष्ठ, विश्वामित्र, गोरखनाथ, शंकराचार्य, कृपाचार्य, भीष्म, अश्वत्थामा आदि पौराणिक ऋषियों को देखा जा सकता है, वे सशरीर वहां विद्यमान है और उनके क्रियाकलाप ठीक वैसे ही हैं, जैसे अन्य किसी आश्रम में साधु-संन्यासियों के होते हैं।

प्रश्न– विश्वास नहीं होता कि हजार दो हजार वर्ष प्राप्त साधु-संन्यासी इस समय विद्यमान हैं?

उत्तर– हम स्थूल व्यक्ति हैं, हमारी बुद्धि के सोचने की एक सीमा है, हमने अभी तक ब्रह्माण्ड का एक बहुत छोटा सा अंश देखा है, इसके अलावा समस्त ब्रह्माण्ड की अलौकिक शक्तियों को न तो हम अनुभव कर सकें हैं, और न हम देख सके हैं।

ऐसी कई शक्तियां, मन्त्र साधना और तपस्या मार्ग है, जिसके माध्यम से अनन्त काल तक व्यक्ति सशरीर जीवित रह सकता है, जिस प्रकार हमारी दुनिया में 40-50 वर्ष जीवित रहना कोई आश्चर्यजनक बात प्रतीत नहीं होती, ठीक उसी प्रकार सिद्धाश्रम में भी हजार दो हजार वर्ष की आयु प्राप्त संन्यासी को देखना कोई कठिन या असम्भव बात प्रतीत नहीं होती, वहां पर तो दो हजार वर्ष आयु प्राप्त योगी भी है, कुछ योगी छः हजार से भी ज्यादा वर्षों के हैं, ये सब अणु साधना के माध्यम से सम्भव है, इस साधना के द्वारा व्यक्ति अपनी इच्छानुसार जीवित रह सकता है।

प्रश्न– क्या कोई व्यक्ति सिद्धाश्रम जा सकता है?

उत्तर– सिद्धाश्रम जैसे दिव्य आश्रम में जाने पर कोई प्रतिबन्ध नहीं है, संन्यासी कोई वर्ण, जाति, रंग या भेद का नहीं होता, जो सही अर्थों में संन्यासी है, वह सिद्धाश्रम जा सकता है, इसमें स्त्री और पुरुष का कोई भेद नहीं है, यह भी आवश्यक नहीं है, कि अधिक आयु वाला व्यक्ति ही सिद्धाश्रम में जा सकता हो, जो एक निश्चित साधना सम्पन्न कर लेता है, वह सिद्धाश्रम में प्रवेश पा सकता है, इसके लिए कुछ निश्चित नियम और साधनाएं हैं, जिनको सम्पन्न करना आवश्यक होता है, ऐसा करने पर ही वह गुरु कृपा से सिद्धाश्रम में प्रवेश पाने का अधिकारी होता है।

प्रश्न– वे कौन से नियम हैं, जिन्हें पालन करना आवश्यक है और जिनके द्वारा सिद्धाश्रम में प्रवेश पाया जा सकता है?

उत्तर– सिद्धाश्रम में प्रवेश पाने के लिए तीन तथ्य आवश्यक हैं–

1. वह सच्चरित्र और गुरु से दीक्षा प्राप्त व्यक्ति हो, जिसे गुरु ने शांभवी दीक्षा प्रदान की हो।
2. उसने कम से कम दो महाविद्याओं तथा तीन अन्य साधनाओं में पूर्ण सफलता प्राप्त की हो।
3. जिसने नियमित रूप से कुछ समय गुरु के पास रहकर गुरु साधना या सिद्धाश्रम साधना सम्पन्न की हो।

सिद्धाश्रम जाने के लिए यह आवश्यक है कि, वह सिद्धाश्रम साधना या गुरु साधना में दक्षता और सफलता प्राप्त करे, साथ ही साथ दो महाविद्याओं में सिद्धि प्राप्त करना भी आवश्यक है, परन्तु यदि कोई साधक इन महाविद्याओं को सिद्ध न कर सके तो गुरु द्वारा दिव्यपात प्राप्त होने से भी इन सिद्धियों में सफलता पाई जा सकती है, पर वह पूर्ण रूप से दिव्य पात तभी अपने अन्दर समाहित कर सकता है, जब उसने कम से कम चौबीस लाख गुरु मंत्र जप कर लिया हो।

इस प्रकार की उच्च कोटि की साधनाओं में गुरु कृपा से ही

सफलता मिल सकती है और इसके लिए नियमित एवं निरंतर गुरु मंत्र जप एवं गुरु संपर्क बना रहना आवश्यक है।

प्रश्न– क्या सिद्धाश्रम जाने में गुरु का होना नितान्त आवश्यक है?

उत्तर– ऐसी साधनाओं में गुरु का होना आवश्यक है, क्योंकि वही साधनाओं में मार्गदर्शन कर सकता है, उसी को गुरु धारण किया जा सकता है, उसी के द्वारा जीवन में सफलता पाई जा सकती है, इसके अलावा भी यह आवश्यक है कि, यदि साधक साधनाएँ सिद्ध भी कर दे, तब भी सिद्धाश्रम जाने के लिए गुरु का साथ होना अनिवार्य माना गया है, उनके साथ ही सिद्धाश्रम जाना हो सकता है।

प्रश्न– क्या आपके कुछ शिष्य सिद्धाश्रम गये हैं?

उत्तर– यदि गृहस्थ जीवन और संन्यासी जीवन को देखा जाय तो बहुत से शिष्य अब तक प्रवेश पा चुके हैं, यह मेरा सौभाग्य रहा है, कि मुझे संन्यास जीवन में भी और गृहस्थ जीवन में भी पूर्णत: सेवाभावी तत्पर और समर्पित व्यक्तित्व शिष्य मिले हैं और उनको जिस प्रकार से मार्गदर्शन दिया है, उसी प्रकार से चलकर उन्होंने अपने जीवन में सफलताएं पाई हैं, आज वे सिद्धाश्रम में उच्च कोटि की साधनाओं में रत है और उन्होंने वहां पर जिन बुलन्दियों को छुआ है, जिस गति से आगे बढ़े हैं, वह अपने आप में सराहनीय हैं, मुझे ऐसे शिष्यों पर गर्व है।

प्रश्न– क्या आप नित्य सिद्धाश्रम से सम्पर्क रखते हैं?

उत्तर– इसके लिए यह आवश्यक नहीं होता कि आप पैदल चलकर सिद्धाश्रम पहुंचे सूक्ष्म शरीर से भी सिद्धाश्रम में जाना हो सकता है और उससे सम्पर्क स्थापित किया जा सकता है, जिस प्रकार स्थूल शरीर से जो क्रियाएं होती हैं, वे सारी क्रियाएं सूक्ष्म शरीर के द्वारा भी सम्भव है, अत: इस दृष्टि से मैं लगभग नित्य ही सिद्धाश्रम से और अपने शिष्यों से सम्पर्कित रहता हूँ और बराबर उन्हें मार्गदर्शन देता रहता हूँ।

प्रश्न– कई ग्रन्थों में सिद्ध योगा झील के बारे में पढा है, यह क्या है?

उत्तर– यह झील सिद्धाश्रम की विशेषता है, बहुत लम्बी-चौड़ी मीलों तक फैली हुई इस झील का पानी अत्यधिक पवित्र दिव्य और स्वच्छ है, नील वर्ण का यह जल इतना स्वच्छ है कि इसकी तलहटी में कोई सिक्का पड़ा होता है, तो वह भी आसानी से देखा जा सकता है, इस झील के जल से निसृत सुगन्ध शरीर के समस्त पापों को मिटाने में सक्षम है।

सिद्ध योगा झील के जल की यह विशेषता है कि, इसमें स्नान करने पर व्यक्ति सभी प्रकार के रोगों से मुक्ति पा लेता है, यही नहीं अपितु यदि इस झील में आठ-दस बार स्नान कर लिया जाए तो उसकी वृद्धावस्था समाप्त हो जाती है, बालों में कालापन, चेहरे में अलौकिक आभा और शरीर में कसावट आ जाती है, कुछ ही दिनों में वह पूर्ण सुन्दर और आकर्षक बन जाता है।

रोगों को मिटाने व यौवन प्रदान करने की दृष्टि से इसका पानी अपने आप में अद्वितीय है, इसीलिए सिद्धाश्रम के सभी योगी साधक एवं साधिकाएं यौवनवान, आकर्षक एवं दिव्य दिखाई देते हैं।

प्रश्न– वहां का जलवायु कैसा रहता है?

उत्तर– वहां का जलवायु एक सा ही बना रहता है, जिसमें न सर्दी होती है और न गर्मी। आनन्ददायक वसन्त ऋतु मौसम कई वर्षों से बना रहा है।

प्रश्न– क्या सिद्धाश्रम में साधिकाओं का प्रवेश भी सम्भव है?

उत्तर– सिद्धाश्रम में जाति, वर्ण, भेद, रंग आदि की दृष्टि से संकीर्ण मनोवृत्ति या भावना नहीं है, वहां कई उच्चकोटि की साधिकाएं हैं, जो कि गुरु के माध्यम से उच्च स्तरीय साधना सम्पन्न कर सिद्धाश्रम में प्रवेश पा सकी हैं, ऐसी कई साधिकाएं हैं, जो सिद्धाश्रम को उन्नत बनाने में सहायक है, प्राचीन धार्मिक ग्रन्थों में उल्लिखित गार्गी, मैत्रेयी आदि देवियों को भी वहां देखा जा सकता है।

प्रश्न– यदि कोई साधक महाविद्याएं सिद्ध न कर सके और केवल गुरु साधना ही संपन्न करता रहे तो क्या वह सिद्धाश्रम में प्रवेश पा सकता है?

उत्तर– ऐसा सम्भव है भी, नहीं भी, नहीं तो इसलिए कि नियमों के अन्तर्गत दो या तीन महाविद्याएं सिद्ध करना आवश्यक हैं और हां इसलिए कि अत्यधिक तीव्र लालसा एवं उच्च कोटि की गुरु साधना, गुरु सेवा या गुरु भक्ति के द्वारा ही शिष्य या साधक गुरुमय हो सकता है और गुरु की तपस्या का अंश प्राप्त

कर सिद्धाश्रम में प्रवेश पा सकता है।

प्रश्न– क्या गृहस्थ व्यक्ति वहां जा सकता है?

उत्तर– गृहस्थ या संन्यासी का प्रश्न नहीं है, प्रश्न तो इस बात का है, कि क्या उसने साधना के उस स्तर को प्राप्त किया है, जो इसके लिए अपेक्षित है, गृहस्थ व्यक्ति भी सिद्धाश्रम में गये हैं।

प्रश्न– क्या सिद्धाश्रम से कोई वस्तु प्राप्त की जा सकती है?

उत्तर– उच्च कोटि के साधु–संन्यासी और साधक निरन्तर सिद्धाश्रम के सम्पर्क में रहते हैं, वे चाहें तो यहां से शून्य मार्ग द्वारा वहां तक पदार्थ या वस्तुएं पहुंचा सकते हैं और यदि वे चाहें तो वहां से वस्तुएं प्राप्त कर सकते हैं, इसमें कुछ सैकण्डों से ज्यादा समय उन्हें नहीं लगता।

इस प्रकार की वस्तुएं अलौकिक और अद्वितीय होती है, यदि कोई माला, वस्त्र या कोई पदार्थ जिसके भी पास होता है, उसका जीवन सही अर्थों में धन्य समझना चाहिए, क्योंकि उसके माध्यम से उसके जीवन का एक नवीन निर्माण सम्भव होता है और उसकी उन्नति के द्वार खुल जाते हैं।

प्रश्न– सुना है कि सिद्धाश्रम में देव अप्सराएं समय–समय पर नृत्य करती हैं? क्या यह सही है?

उत्तर– यह एक शास्त्रीय विधा है, जो कि पौराणिक काल से हमारे महत्वपूर्ण अवसरों पर प्रस्तुत किया जाता रहा है, यह मंगलाचरण कहलाता है, अत: इस परम्परा को सिद्धाश्रम में भी नियमित किया गया तो यह भारतीय मर्यादा के अनुकूल ही है, वास्तव में ही वहां पर नित्य कोई न कोई उत्सव या समारोह आयोजित होते रहते हैं, जो कि उच्च कोटि के ज्ञान से सम्बन्धित होते हैं, और इनमें से महत्वपूर्ण अवसरों पर इस प्रकार के नृत्य, संगीत व संस्कृति की अन्य विधाएं प्रस्तुत की जाती हैं।

प्रश्न– क्या सिद्धाश्रम में जाने पर कायाकल्प हो जाता है?

उत्तर– इसका उत्तर मैं पहले ही दे चुका हूँ, कि वहां के वातावरण और सिद्ध योगा झील के जल की यह विशेषता है, कि उसमें स्नान करने मात्र से ही समस्त रोग समाप्त हो जाते हैं, और वह यौवनमय बन जाता है। यह यहां के वातावरण की ही विशेषता है।

प्रश्न– आपके लगभग कितने शिष्य सिद्धाश्रम में हैं?

उत्तर– सैकड़ों। इनमें संन्यासी शिष्य और गृहस्थ शिष्य दोनों ही हैं, मेरा तो निरन्तर प्रयास रहता है, कि वे शिष्य अपनी मानव जीवन की सार्थकता समझे और एक बार दृढ़ निश्चय कर ले कि सिद्धाश्रम में प्रवेश पाना ही है तो दुनिया की कोई शक्ति उसके दृढ़निश्चय को हिला नहीं सकती और इसी दृढ़निश्चय के बल पर शिष्यों ने साधनाएं सम्पन्न कर सिद्धाश्रम में प्रवेश पाया है।

प्रश्न– स्वामी विज्ञानानन्द जी ने किसी स्थान पर बताया कि आपने सिद्धाश्रम में काफी परिवर्तन करने में सफलता पाई है, ये परिवर्तन क्या है?

उत्तर– मैं तो निमित्त मात्र हूँ, पहले वहां केवल तपस्या और साधना पर ही ध्यान दिया जाता था, पर अब वहां समारोह मनाये जाते हैं। चहल–पहल, खुशी, प्रसन्नता का वातावरण बना रहता है। पहले केवल भगवे वस्त्र ही धारण किये जा सकते थे, पर अब वस्त्रों पर कोई कड़ा प्रतिबन्ध नहीं है, सिद्ध योगा झील में पहले अन्दर जाकर कोई स्नान नहीं कर सकता था, अब उसमें मीलों तैर सकते हैं, नौकाओं के द्वारा जल विहार कर सकते थे, झील के किनारे संगीत, नृत्य आदि का आयोजन कर सकते हैं, चारों तरफ का वातावरण आनन्दप्रद और अद्वितीय है, पहली बार सही अर्थों में सिद्धाश्रम अनुभव होने लगा है, बार–बार वहां जाने को जी करता है, ज्यादा से ज्यादा वहां रहने की इच्छा होती है और सब कुछ देख लेने की भावना मन में बनी रहती है।

प्रश्न– आपने बताया कि वशिष्ठ विश्वामित्र आदि योगी भी वहां उपस्थित है? क्या उनसे बातचीत हो सकती है?

उत्तर– वहां पर किसी को कोई प्रतिबन्ध नहीं है, कोई भी साधक किसी भी ऋषि, मुनि से साधनात्मक प्रश्न कर सकता है, शंकाओं का समाधान कर सकता है, उनके चरणों में बैठकर अपनी जिज्ञासाओं की पूर्ति कर सकता है।

वास्तव में ही ऐसे ऋषियों के चरणों में बैठना, उनसे बातचीत करना, प्रवचन सुनना, जीवन का सौभाग्य ही कहा जा सकता है।

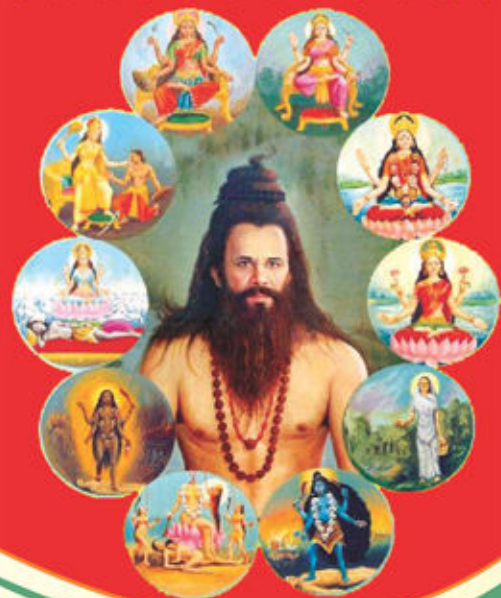
('मंत्र तंत्र यंत्र विज्ञान' पत्रिका से)

शिष्य के जीवन में गुरु ही सर्वस्व होता है। इसलिए देवी-देवताओं की साधना करने के साथ गुरु साधना को ही जीवन में प्राथमिकता देनी चाहिए।

शिष्य धर्म

त्वं विचितं भवतां वदैव देवाभवावोतु भवतं सदैव।
ज्ञानार्थ मूल मपरं विहसि शिष्यत्व एवं भवतां भगवद् नमामि।।

- गुरु से जुड़ने के बाद शिष्य का यही धर्म होता है कि वह गुरु द्वारा बताए पथ पर गतिशील रहे। जो दिशा निर्देश गुरु ने उसे दिया है, उनका अपने दैनिक जीवन में पालन करें।
- शिष्य को चाहिए कि वह जब भी अवकाश मिले, तो गुरु से मिलकर मार्गदर्शन प्राप्त करे।
- यह आवश्यक नहीं कि कोई समस्या हो अथवा जीवन में कोई बाधा आई हो, तभी गुरु चरणों में पहुंच कर प्रयोग सम्पन्न किए जाएं। गुरु के दर्शन मात्र से ही शिष्य का सौभाग्य एवं पुण्य कर्म जाग्रत होते हैं, इसलिए शिष्य को निरंतर गुरु से सम्पर्क बनाए रखना चाहिए।
- यदि कोई मंत्र ले, यदि कोई साधना विधि ले, तो गुरु से ही ले अथवा गुरुदेव रचित साहित्य से ले। अन्य किसी को भी गुरु के समान नहीं मानना चाहिए।
- यथा संभव व्यर्थ की चर्चाओं में न पड़कर गुरुदेव का ही ध्यान, मनन करे। दूसरे की आलोचना अथवा निन्दा करने से शिष्य का जो बहुमूल्य समय अपने कल्याण में लगना चाहिए, वह व्यर्थ हो जाता है, इसका प्रभाव उसके द्वारा की गई साधनाओं पर भी पड़ता है।
- व्यवस्था और कार्य की जटिलता को ध्यान में रखते हुए गुरु कई बार किसी कार्य विशेष की जिम्मेवारी कुछ व्यक्तियों को सौंप देते हैं, परंतु इससे अन्य शिष्यों को भी अपने आपको उससे छोटा अथवा हीन नहीं समझना चाहिए। गुरुदेव तो समान रूप से अपने प्रत्येक शिष्य में स्थापित होते हैं। क्या मां अपने बड़े पुत्र को अधिक प्यार करती है और नन्हें शिशु को नहीं? सच्चाई तो ये हे कि माता को अपने नन्हें शिशु की ओर अधिक ध्यान देना पड़ता है, क्योंकि वह स्वयं अपना ध्यान नहीं रख पाता हैं गुरुदेव का प्यार भी सभी के लिए समान ही होता है।
- शिष्य चाहे वह बीस दिन पहले जुड़ा हो अथवा बीस साल पहले, गुरु की दृष्टि में सभी बराबर ही होते हैं। इसलिए प्रत्येक शिष्य को विशिष्ट गुरुभ्राताओं अथवा गुरुबहिनों को सम्मान तो देना चाहिए, आदर तो करना चाहिए, परन्तु अपनी श्रद्धा को मात्र गुरुदेव के ही चरणों के लिए ही सुरक्षित रखना चाहिए।अपने मन के तारों को गुरु से ही जोड़ता है।

जो शिष्य अपने अहम, छल, कपट आदि को छोड़कर भौतिक श्रेष्ठताओं को भुलाकर गुरुचरणों में झुक जाता है वही सफल होता है।

गुरु वाणी

- शिष्य ऐसा हो, जो समाज की परवाह नहीं करे, जो चुनौतियों को झेल सके, जिसकी आंखों में तेवर हों. . .अग्नि स्फुलिंग हो, जिसके हाथों में वज्र की तरह प्रहार करने की क्षमता हो और जो सही अर्थों में गुरु चरणों में समर्पित होने की भावना रखता हो।
- समर्पण हाथ जोड़ने से नहीं हो सकता और न ही गुरु की आरती उतारने से हो सकता है। समर्पण का तात्पर्य है कि गुरु जो आज्ञा दे, उसका बिना ना नुकुर किए पालन किया जाए।
- जो भी बने अद्वितीय बनें, सामान्य जीवन जीना तुम्हारे लिए उचित नहीं है। सामान्य जीवन जीकर तुम अपना नाम तो डुबोते ही हो, मेरा नाम भी डुबोते हो। कोई देवता या भगवान पैदा नहीं होते, बनते हैं। जन्म आपके हाथ में नहीं था, लेकिन अगर जन्म लेकर आपको गुरु मिल जाए, तो फिर आप अद्वितीय बन सकते हैं राम बन सकते हैं, कृष्ण बन सकते हैं।
- इस ढंग से कोई हीरे नहीं लुटाता, जिस ढंग से मैं ज्ञान आप पर लुटा रहा हूँ, यह आपका सौभाग्य है कि मैं आपको उस जगह तक ले जाना चाहता हूँ कि पूरे विश्व में आप विजय हों, आप सफलता युक्त बन सकें और मैं अपने शब्दों पर दृढ़ हूँ और मैं आपको अद्वितीय बना रहा हूँ।
- शिष्य जितना गुरु से एकाकार होता है उतना ही गुरु उसको आगे धकेलता रहता है। शिष्य पर निर्भर है कि वह अपने आपको पूर्ण समर्पित करता है या अधूरा समर्पित करता है।
- समुद्र खुद आगे चलकर गंगोत्री के पास नहीं जाएगा, कि गंगा तुम आओ मुझे मिल लो, गंगोत्री से गंगा खुद उतर कर समुद्र तक जाएगी। उस गंगा को जाना है समुद्र तक, यदि गंगा नहीं जाएगी, बीच में सूख जाएगी तब भी समुद्र अपनी जगह को नहीं छोड़ेगा। समर्पण तो शिष्य को ही करना पड़ेगा।
- जुदाई तो अपने आप में एक तपस्या है, किसी का इंतजार है, अपने आप में पूर्ण साधना है। किसी को याद करना, किसी के चिंतन में डूबे रहना, अपने आपमें ईश्वर की साधना है।

।। घृणिं सूर्याय फट्।।

विवस्वत सप्तमी-06.07.22

या किसी भी रविवार

सूर्य साधना

से सप्त सिद्धियाँ

सूर्य के बिना जीवन की कल्पना ही नहीं की जा सकती,
सूर्य ही वह परम तत्व है, जो कि संसार के समस्त तेज,
दीप्ति और कान्ति के निर्माता तथा इस जगत की आत्मा कहे गये हैं,
सूर्य ही वह विराट पुरुष, आदि देव हैं, जिनकी साधना-उपासना से समस्त रोग,
नेत्र-दोष और ग्रह-बाधा दूर होती हैं, क्योंकि सूर्य ही अपनी शक्ति न
केवल पृथ्वी को अपितु
चन्द्र, मंगल, बुध, गुरु, शुक्र, शनि आदि को उचित मात्रा में
प्रदान कर इस सृष्टि का संचालन करते हैं।

सूर्य के संबंध में 'शिव पुराण' में लिखा है कि–

आदित्यं च शिवं विद्याच्छिवमादित्यरूपिणम्।
उभयोरन्तरं नास्ति ह्यादित्यस्य शिवस्य च।।
एष ब्रह्मा च विष्णुश्च रुद्र एव हि भाष्करः।
त्रिमूर्त्यात्मा त्रिवेदात्मा सर्वदेवमयो रविः।।

अर्थात् सूर्य एवं शिव में कोई भेद ही नहीं है, और ब्रह्मा, विष्णु व रुद्र, सूर्य के ही अभिन्न अंग स्वरूप हैं, सूर्य में ये तीनों देव स्थित हैं।

वैज्ञानिक रीति-नीति से विवेचन करने पर यह स्पष्ट है कि यदि किसी पौधे को कुछ दिनों के लिए अन्धकार में-जहाँ सूर्य का प्रकाश बिल्कुल ही न पहुंचे, वहां रख दिया जाय, तो वह पौधा मृत हो जाएगा, यही स्थिति मनुष्य की है, यदि मनुष्य को सूर्य-तत्व निरन्तर प्राप्त न हो तो उसे विभिन्न प्रकार के त्वचा-रोग, नेत्र-रोग तथा पेट सम्बन्धी बीमारियाँ हो जाती हैं।

सूर्य के सम्बन्ध में विवेचना करने पर यह स्पष्ट है, कि सूर्य जीवन के सभी रंगों का जनक है, सभी रंग, सूर्य किरणों का प्रभाव पा कर ही अपना स्वरूप प्रकट करते हैं। शास्त्रों में कहा गया है कि उदय और अस्त होते हुए सूर्य का ध्यान, आराधना करने वाला व्यक्ति ही ब्राह्मण हैं, और वह सभी प्रकार का कल्याण-आशीर्वाद प्राप्त करता है।

ज्योतिष और सूर्य

सूर्य ग्रहराज हैं और कभी वक्री नहीं होते, सदैव मार्गी ही रहते हैं, सिंह राशि के स्वामी हैं और स्थिर स्वभाव के, क्षत्रिय वर्ण, विद्या, व्यक्तित्व, तेज, प्रभाव, स्वाभिमान के कारक ग्रह हैं, सूर्य के चन्द्र, मंगल, बृहस्पति मित्र ग्रह तथा शुक्र, शनि शत्रु ग्रह हैं, सूर्य सभी ग्रहों के दोष-प्रभाव का शमन कर सकते हैं।

सूर्य उपासना

सूर्य के सम्बन्ध में शास्त्रों में इतना अधिक महत्व एवं साहित्य लिखा है, कि इस छोटे से लेख में वह सब वर्णन सम्भव ही नहीं है, सूर्य प्रत्येक व्यक्ति के तेज, व्यक्तित्व का जनक है और अपने व्यक्तित्व को प्रभावशाली बनाने हेतु अपने जीवन के अर्थों को प्राप्त करने हेतु, अपनी इन्द्रियों को तीव्र प्रभावयुक्त बनाने हेतु, वाणी में ज्ञान देने हेतु, अपने शरीर को रोग-रहित करने हेतु, सूर्य की साधना-उपासना आवश्यक है।

सूर्य ही समस्त जगत का प्रकाशक एवं आत्मा है, उसकी किरणें सभी ज्ञात-अज्ञात पदार्थों में जीवन प्रदान करती रहती हैं और सभी वनस्पतियाँ सूर्य के कारण ही मनुष्य के लिए योग्य हैं, इसीलिए सूर्य की उपासना का महत्व है, सूर्य साकार स्वरूप है, जिसे सभी पूजन में सर्वप्रथम अर्घ्य अर्पित किया जाता है, इसके पश्चात् ही दूसरे देवी-देवताओं का पूजन किया जाता है।

जिस व्यक्ति में सूर्य-तत्व समाप्त हो जाता है, वह व्यक्ति इस जीवन में एक व्यक्तित्वहीन कीड़े के समान है, जिसके जीवन का कोई महत्व ही नहीं है, और न ही वह व्यक्ति अपने जीवन में कुछ कर सकता है।

सूर्य में जितनी रोगनाशक शक्ति है, वह संसार के किसी अन्य पदार्थ में है ही नहीं, महान दार्शनिक अरस्तू का कथन है कि जब तक संसार में सूर्य विद्यमान है, तब तक दवाओं में भटकना व्यर्थ है, क्योंकि सूर्य ही शक्ति, सौन्दर्य और स्वास्थ्य का केन्द्र है।

गायत्री उपासना–सूर्य उपासना

गायत्री उपासना–सूर्य की उपासना है, गायत्री मंत्र में हम उस परब्रह्म सूर्य देव को और उनके तेज का ध्यान करते हैं, जो कि हमारी बुद्धि को प्रेरित कर, ध्यान और आनन्द की ओर संचारित करें, इस प्रकार जो गायत्री का साधक है, वह सूर्य का उपासक-साधक है और नित्य प्रति गायत्री मन्त्र का जप कर, अनुष्ठान कर, उससे अपने जीवन में श्रेष्ठता प्राप्त करने वाले साधकों की संख्या लक्ष-लक्ष है, शंकराचार्य ने 'संध्या भाष्य' में गायत्री मंत्र की व्याख्या करते हुए सूर्य का ही वर्णन किया है कि–'इस सम्पूर्ण जगत की आत्मा सूर्य ही है और सभी प्राणियों में जीवन-स्वरूप, प्राण-स्वरूप और सुख देने वाले उत्पादक सूर्य ही श्रेष्ठ स्वरूप और तेज प्रदान करने वाले हैं, सूर्य ही बुद्धि और तेज का विकास करते हैं।'

सूर्य पूजा साधना

स्वास्थ्य और तेज के आदि देव सूर्य की साधना-उपासना का
न केवल भारतीय साधना साहित्य में
अपितु स्वास्थ्य साहित्य में भी विस्तृत वर्णन दिया गया है,
योग साधनाओं में तो योग क्रियाओं को करने से पहले सूर्य नमस्कार का वर्णन है,
जिसके पीछे मूल भावना यही है, कि रजोगुण, तत्व गुण और तपोगुण स्वरूप सूर्य,
आप मेरे अन्दर स्थित होकर अपना कुछ स्वरूप मुझे दे दें, जिससे मेरे शरीर की सभी इन्द्रियाँ तेजोमय हो जाय,
और इस तेज के प्रभाव के कारण रोग, शोक मुझसे दूर रहें, मेरे न केवल बाहरी नेत्रों की दृष्टि का विकास हो अपितु भीतरी नेतृत्व
अर्थात् आन्तरिक तेज भी इतना अधिक विकसित हो जाय कि मेरा सम्पूर्ण व्यक्तित्व ही तेजस्वी हो जाय।

पूजा विधान

सूर्य साधना में लाल रंग का विशेष महत्व है इस साधना में ताम्रपात्र में जल, लाल चन्दन, लाल रंग के पुष्प, विशेष आवश्यक हैं।

सूर्य साधना, साधक प्रतिदिन नियमपूर्वक प्रातः कुछ समय के लिए ही करें तो आयु वृद्धि, आरोग्य, तेज, यश, कान्ति, वैभव और सौभाग्य प्राप्त होता है, सूर्य उपासना में सबसे अधिक विशेष बात यह है, कि इससे साधक को जो मानसिक प्रसन्नता और उत्साह प्राप्त होता है उससे प्रतिदिन साधक अपने कार्यों को अत्यन्त जोश के साथ और आत्मविश्वास के साथ सम्पन्न करता है रविवार के दिन साधक, सूर्यादय से पहले ही स्नान कर, शुद्ध लाल रंग के वस्त्र धारण कर, अपने पूजा स्थान में अथवा सूर्य के समक्ष सूर्य यन्त्र को स्थापित कर उस पर रक्त चन्दन, सुपारी तथा लाल पुष्प अर्पित करें, इसके साथ ही गुलाल तथा कुंकुम के साथ-साथ सिन्दूर भी अर्पित करे और अपने सामने सिन्दूर को शुद्ध जल में घोल कर दोनों ओर सूर्य चित्र बनाएं तथा पुष्पांजलि अर्पित करते हुए प्रार्थना करे—

'हे आदित्य! आप सिन्दूर वर्णीय, तेजस्वी मुखमण्डल, कमलनेत्र-स्वरूप वाले ब्रह्मा, विष्णु तथा रुद्र सहित सम्पूर्ण सृष्टि के मूल कारण, आपको इस साधक का नमस्कार, आप मेरे द्वारा अर्पित कुंकुम, पुष्प एवं सिन्दूरयुक्त जल का अर्घ्य ग्रहण करें।'

इसके साथ ही ताम्रपात्र से जल की धारा को, अपने दोनों हाथों में पात्र लेकर, सूर्य को तीन बार अर्घ्य दें और इसके पश्चात् मणिमाला से अपने पूजा स्थान में स्थान ग्रहण कर पूर्व दिशा में सूर्य की ओर मुंह कर पांच माला निम्न सूर्य मन्त्र जप करें–

मन्त्र

।। ॐ ह्रीं ह्रीं सूर्याय नमः।।

यह प्रयोग अत्यन्त कम समय में ही सम्पन्न हो जाता है और योग्य साधक तो इसे अपने प्रतिदिन के पूजा-विधान का अंग बनाकर सूर्य को प्रतिदिन अर्घ्य अवश्य ही अर्पित करते हैं।

चक्षुष्मती साधना-दिव्य दृष्टि साधना

नेत्र, सूर्य के ही स्वरूप हैं

और नेत्र सम्बन्धी सभी प्रकार के रोगों-दोषों को दूर करने के लिये सूर्य की साधना ही की जाती है, यह साधना कुछ विशेष नियमों के अनुसार सम्पन्न करना आवश्यक है, इसके कुछ विशेष मंत्र हैं, उन्हीं मंत्रों के आधार पर इस साधना को सम्पन्न करने से पूर्णता प्राप्त होती है।

इस साधना के संबंध में पूर्ण प्रामाणिक विवरण 'परशुराम कल्पसूत्र' में विशेष रूप से, विस्तार से लिखा गया है।

यह साधना रविवार के दिन ही प्रारम्भ की जाती है और नेत्र रोग-बाधा वाले साधक को रविवार के दिन एक समय भोजन (और वह भी बिना नमक के) करना चाहिए, साधक प्रात: ही सूर्यादय से पहले लाल चन्दन सिन्दूर, लाल पुष्प, ताम्र पात्र, लाल वस्त्र 'चक्षुष्मती यंत्र', 'मणिमाला', की व्यवस्था कर लें, पूर्व दिशा की ओर मुंह कर सूर्य के सामने यह साधना सम्पन्न करनी चाहिए, सूर्योदय के समय सूर्य का तेज प्रारम्भ होता है, उससे पहले ही सामग्री की व्यवस्था कर सूर्योदय के साथ गुरु-ध्यान, पूजन एवं अपने दाएं हाथ में जल ले कर चक्षुष्मती साधना का संकल्प लें-

हे सूर्यदेव! आप मेरे नेत्रों के तेज रूप में स्थित हो कर मेरी दृष्टि संबंधी सभी दोष दूर करें, मुझे अपना स्वर्ण जैसा तेज प्रदान करें, अन्धकार से प्रकाश की ओर, मृत्यु से अमृत की ओर ले जायें।

अब सर्वप्रथम चक्षुष्मती यन्त्र का पूजन कर उस पर पुष्प एवं रक्त चन्दन अर्पित करें और सूर्य का ध्यान कर जल अर्पित करें, इसके पश्चात् चक्षुष्मती विद्या का पाठ 11 बार सम्पन्न करें, चक्षुष्मती सूर्य की ही शक्ति का स्वरूप है।

चक्षुष्मती विद्यापाठ

ॐ नमो भगवते सूर्यायाक्षितेजसे नमः खेचराय नमः, महते नमः। रजसे नमः। तमसे नमः।
असतो मा सद्गमय। तमसो मा ज्योतिर्गमय। मृत्योर्मा अमृतं गमय।
उष्णो भगवान् शुचिरूपः हंसो भगवान् शुचिरप्रतिरूपः।

ॐ वयः सुपर्णाउपसेदुरिद्रं प्रियमेधा ऋषयो नाधमानाः।
अपध्वान्तमूर्णुहि पूर्धिचक्षुमुर्मुग्ध्य स्मान्निधयेव बद्धान्।।
पुण्डरीकाक्षाय नमः पुष्करेक्षणाय नमः अमलेक्षणाय नमः।
कमलेक्षणाय नमः विश्वरूपाय नमः श्रीमहाविष्णवे नमः।।
ॐ सूर्य नारायणाय नमः। ॐ शांति शांति शांति।।

प्रत्येक बार पाठ करने के पश्चात् लाल पुष्प से ताम्र-पात्र में रखा हुआ जल अपने नेत्रों में लगाए, इस प्रकार यह पाठ ग्यारह बार सम्पन्न करें, तत्पश्चात् अपने पूजा-स्थान में पूर्व की ओर मुख कर मणिमाला से पांच माला सूर्य मन्त्र का जप करें, जब तक साधक को अपनी नेत्र-बाधा सम्बन्धी, दृष्टि सम्बन्धी, तेज सम्बन्धी पूर्णता प्राप्त नहीं हो जाय तब तक प्रति रविवार यह प्रयोग सम्पन्न करना चाहिए।

चक्षुष्मती विद्या के चमत्कार एवं इसके सिद्ध होने के उदाहरण एक-दो नहीं हजारों हैं, सूर्य पूजा-साधना से नेत्रों के अलावा व्यक्तित्व को विशेष आत्मस्वाभिमान, आत्मविश्वास एवं तेजस्विता प्राप्त होती है।

निष्कर्ष यह है, कि सूर्य पूजा साधना से लाभ ही लाभ है, चाहे साधक उसे साधना की दृष्टि से ले, स्वास्थ्य की दृष्टि से ले, वैज्ञानिक दृष्टि से ले अथवा कोई अन्य विचार से, जीवन के कुछ नियम अवश्य होने चाहिए, प्रतिदिन सूर्य-ध्यान, पूजा एवं सूर्य नमस्कार को भी जीवन का अंग बना लेना चाहिए।

चक्षुष्मती यंत्र, मणिमाला- 550/-

रोग निवारण के लिए

घर में यदि रोग की समस्याएं बनी रहती हों और उनसे छुटकारा पाने के लिए कोई उपाय कारगर न सिद्ध हो रहा हो

तो साधक यह प्रयोग सम्पन्न कर रोगों को घर से समाप्त कर सकता है

किसी भी माह के शुक्ल पक्ष में पड़ने वाले सोमवार को प्रातः स्नानादि से निवृत्त होकर किसी पात्र में कुंकुम या अष्टगंध से स्वस्तिक का निर्माण कर उस पर 'पारद गणपति' का स्थापन करें। पारद गणपति का संक्षिप्त पूजन कर उस पर जल चढ़ाते हुए निम्न मंत्र का जप 101 बार करें-

मंत्र

।। ॐ गूं नमः ।।

चढ़ाए हुए जल को एकत्र कर उसे पूरे घर में उपरोक्त मंत्र का जप करते हुए छिड़क दें, ऐसा चार सोमवार को करें। घर में आरोग्यता स्थापित होगी।

पारद गणपति-550/-

गुरु पूर्णिमा

13.07.22

अपूर्ण इच्छापूर्ति साधना

एक प्रकार से देखा जाए तो
यह प्रयोग किसी भी पुरुष स्त्री, साधक-साधिका
या किसी भी उम्र के व्यक्ति की
मनोकामना पूर्ण करने का प्रयोग है।

आपके मन में कोई ऐसी इच्छा हो जो किसी भी प्रयास के बाद भी पूरी नहीं हो पा रही है, तो इस दुर्लभ प्रयोग को करने के बाद बाधाओं का निराकरण होकर इच्छा पूर्ण होती है, इसलिए इस प्रयोग को अपूर्ण इच्छा पूर्ण प्रयोग कहा गया है।

शायद ही कोई ऋषि विश्रवा के नाम से अपरिचित होगा, शायद ही उनके उच्चकोटि के ज्ञान और साधनाओं से परिचित नहीं होगा, वे वास्तव में उच्चकोटि के तांत्रिक एवं सिद्ध आचार्य हैं, जिन्होंने साधनाओं के बल पर जीवन में पूर्णता प्राप्त की है, उनका नाम ऋषि वर्ग में अत्यंत आदर से लिया जाता है।

वैसे तो यह प्रयोग किसी भी माह में दिनांक 21 को किया जा सकता है परंतु इसे यदि महत्वपूर्ण दिवस गुरु पूर्णिमा के अवसर पर सम्पन्न किया जाए तो निश्चय ही उसकी मनोकामना की पूर्णता होनी प्रारंभ हो जाती है।

साधक चाहें तो निम्न इच्छाओं की पूर्ति के लिए भी संकल्प लेकर प्रयोग कर सकता है -

(1) धन प्राप्ति, (2) ऋण मुक्ति, (3) योग्य संतान सुख,
(4) परीक्षा में सफलता, (5) शत्रुता नाश के लिए, (6) प्रमोशन,
(7) व्यापार वृद्धि तथा (8) किसी बीमारी से मुक्ति के लिए।

साधक या साधिका स्नान कर अपनी इच्छानुसार वस्त्र धारण करें, जो आरामदायक हों, फिर गुरु पीताम्बर ओढ़ लें। अपने सामने एक पात्र में गुलाब का पुष्प रख कर 'गुरु पादुका यंत्र' स्थापित करें। यंत्र पर केसर से बिन्दी लगाते हुए अपनी इच्छा बोलें। दूध से बने नैवेद्य (मिठाई) का भोग लगायें। दीपक प्रज्वलित करें, यह ध्यान रखें, कि मंत्र जप शुरु करने से पहले दीपक का मुँह अपनी ओर कर लें।

गुरु ध्यान करें, ज्यादा अच्छा होगा कि आप तांत्रोक्त गुरु पूजन पुस्तक से किसी एक विधि द्वारा गुरु पूजन अवश्य करें। इसके पश्चात 'गुरु माला' से मंत्र जप प्रारंभ करें। एक दिवसीय इस साधना में प्रात:काल 6 बजे तक पूजन तथा मंत्र जप पूर्ण हो जाए।

मंत्र जप करते समय अपने आसन पर खड़े हो जायें तथा 21 माला मंत्र जप सम्पन्न करें।

मंत्र जप पूरा होने के बाद माला यंत्र पर चढ़ा दें तथा दोनों हाथ जोड़ कर अपनी इच्छा पूर्ति की प्रार्थना करें। इस प्रयोग में जिस दिव्य चैतन्य एवं तेजस्वी मंत्र का जब करना है, वह इस प्रकार है –

मंत्र

।। ॐ ऐं ह्रीं नारायणाय ह्रीं क्रीं ॐ।।

यह मंत्र अत्यंत शीघ्र सिद्धि प्रदायक है। मंत्र जप पूर्ण होने के बाद भक्तिभाव से गुरु आरती सम्पन्न करें।

यंत्र तथा माला पूजा स्थान में स्थापित रखें। इस यंत्र और माला का प्रयोग तीन बार किया जा सकता है। तीन बार प्रयोग करने के बाद यंत्र तथा माला को नदी में विसर्जित कर दें।

साधना सामग्री : 550/-

आजकल जैसा खानपान देखा जाता है, जिस प्रकार रहन-सहन पाया जाता है उसके परिणामस्वरूप उत्पन्न होने वाली मुख्य व्याधि है–अपच और कब्ज़। अधिकांश स्त्री-पुरुष अपच और कब्ज़ से परेशान रहते हैं और इनसे अन्य विकार पैदा होते हैं। स्वास्थ्य के इन शत्रुओं का सफलतापूर्वक मुकाबला करने और उन्हें परास्त करने के लिए 'हरड़' एक बहुत प्रभावशाली और शक्तिशाली हथियार सिद्ध हुआ है। प्रस्तुत लेख में हरड़ के विषय में संक्षिप्त किंतु अत्यन्त उपयोगी विवरण प्रस्तुत किया गया है।

आयुर्वेद ने हरड़ की बहुत प्रशंसा की है और इसके गुण लाभ का विस्तार से वर्णन किया है। भाव प्रकाश निघण्टु में लिखा है–

पपात बिन्दुर्मेदिन्यां शक्रस्य पिबतोऽमृतम्।
ततो दिव्या समुत्पन्ना सप्तजातिर्हरीतकी।।

भाव.हरीत्क्यादिवर्ग-5

भाषाभेद में नामभेद–संस्कृत में हरड़ को हरीतकी (हरी), अभया (भय रहित), पथ्या (सेवन योग्य), अमृता (व्यथा नाशक), चेतकी (चेतन करने वाली), विजया (रोगों को जीतने वाली), जीवन्ती (जीवनदायिनी), रोहिणी (रोपण करने वाली), हिन्दी में–हरड़, हर्र, मराठी में–हरड़ा, तथा गुजराती में–हरड़े आदि नामों से पुकारा जाता है। ये सभी हरड़ के गुणवाचक नाम हैं।

गुण–इसमें लवण रस छोड़कर शेष पांचों रस (मधुर, तिक्त, कटु, कषाय और अम्ल रस) पाये जाते हैं। विशेषत: स्वाद में कसैली होती हैं यह रूखी, गरम, उदराग्नि बढ़ाने वाली, बुद्धि को हितकारी, पाक में मधुर आयुवर्द्धक, नेत्रों को हितकारी, हलकी, शरीर को पुष्ट करने वाली और वायु को शांत करने वाली है। यह श्वास, कास प्रमेह, बवासीर, कुष्ट, सूजन, उदर रोग, कृमि रोग, ग्रहणी विबंध, विषम ज्वर, गुल्म, कण्ठ व हृदय के रोग, प्लीहा यकृत के रोग पथरी, मूत्रकृच्छ और मूत्राघात आदि रोगों को दूर करती है।

यह मधुर, तिक्त और कसैली होने से पित्त का, कटु तिक्त व कसैली होने से कफ का और अम्ल रसयुक्त होने से वात का शमन करती है अत: तीनों दोषों का शमन करती है याने त्रिदोष नाशक है।

उपयोग–भाव प्रकाश निघण्टु का कहना है कि चबा कर खाई हुई हरड़ अग्नि को बढ़ाती है, पीसकर चूर्ण रूप में खाई हुई हरड़ (अनुकूल मात्रा में) लेने से दस्त साफ आता है, उबाल कर खाने से दस्त बन्द करती है और भून कर खाने से तीनों दोषों का शमन करती है। भोजन के साथ खाने से बुद्धि व बल में वृद्धि और इन्द्रियों को हर्षित करती है तथा त्रिदोष नष्ट करती है। मल मूत्रादि विकारों को निकालती है। भोजन के अन्त में खाई हुई हरड़ मिथ्या अन्नपान (गलत खानपान) से होने वाले वात पित्त व कफ (त्रिदोष) के सभी विकारों को नष्ट करती है।

सेन्धा नमक के साथ सेवन करने से कफ को, शक्कर के साथ पित्त को, घी के साथ विकारों को और गुड़ के साथ सेवन करने से सब विकारों व रोगों को नष्ट करती है।

रसायन के रूप में इसका उपयोग करने के लिए बड़ी हरड़ के चूर्ण को उचित व अनुकूल मात्रा में (जो अलग-अलग व्यक्ति के लिए अलग-अलग होती है),

कब्ज़ से बचाव के उपाय

कब्ज़ से बचने के लिए चार प्रमुख उपाय करना काफ़ी होता है। पहला उपाय–दांतों का काम आंतों से न लो यानी प्रत्येक कौर (ग्रास) को 32 बार चबाये बिना न निगलो। अंग्रेज़ी में एक कहावत है–Eat your liquids and drink your solids. अर्थात् जो तरल पदार्थ हैं उन्हें खाओ और ठोस पदार्थों को पिओ। मतलब यह कि तरल या अवलेह (Semi-solid) पदार्थों को यूं ही नहीं गटक जाना चाहिए बल्कि उन्हें भी मुंह में घुमाते-चबाते निगलना चाहिए ताकि उस पदार्थ में लालारस भलीभांति मिल सके। ठोस वस्तु को इतनी देर तक चबाते रहो कि वह पानी की तरह पतला हो जाए और पिया जा सके। दूसरा उपाय–जब तक अच्छी खुल कर भूख न लगे तब तक खाना न खाओ और जब भूख लगे तब सब काम छोड़ कर खाना खा लो। तीसरा उपाय–खाते समय एकाग्रचित्त होकर अपना ध्यान भोजन पर लगाये रखो, कोई चिन्ता या शोक करते हुए खाना न खाओ। चौथा उपाय–शाम का भोजन हलका, सुपाच्य और थोड़ी कम मात्रा में खाओ तथा सोने से कम से कम दो घण्टे पहले खा लो। खाना खाते ही सो जाना या परिश्रम करना गलत एवं पाचन शक्ति को क्षीण करने वाले काम हैं।

ग्रीष्म ऋतु में गुड़ के साथ, वर्षा ऋतु में सेंधा नमक के साथ, शरद् ऋतु में शक्कर के साथ, हेमन्त ऋतु में सोंठ चूर्ण के साथ, शिशिर ऋतु में पीपल चूर्ण के साथ और वसन्त ऋतु में शहद के साथ सेवन करना चाहिए। ये सभी छः ऋतुएँ 2-2 मास की होती हैं।

निषेध–हरड़ इतनी लाभकारक होते हुए भी कुछ स्थितियों में इसका सेवन आयुर्वेद ने वर्जित किया है। जो व्यक्ति बहुत थका हुआ हो, बल रहित और खुश्क शरीर वाला हो, दुबला हो, भूखा रहने से दुबला हो गया हो, अधिक पित्त प्रकृति का हो, जिसका रक्त निकल गया हो या निकाला गया हो तथा गर्भवती स्त्री–इनके लिए हरड़ का सेवन करना वर्जित है अतः इनको हरड़ का सेवन नहीं करना चाहिए।

आजकल अपच और कब्ज रहने की शिकायत आमतौर से पाई जाती है। प्रायः अधिकांश स्त्री-पुरुष काफी समय तक शौचालय में सोच-विचार करते हुए मल-विसर्जन की प्रतीक्षा में बैठे रहते हैं। कुछ लोग अखबार साथ ले जाते हैं ताकि इन्तज़ार में बोर होने से बच सकें। देर तक मल न निकलने पर अधिकांश व्यक्ति जोर लगाते रहते हैं जिससे मस्सों पर जोर पड़ता है, उनमें शोथ हो जाता है और धीरे-धीरे इसका परिणाम बवासीर के रूप में प्रकट होता है। मल आये या न आये पर जोर हरगिज़ नहीं लगाना चाहिए।

यदि छोटी बाल हरड़ का चूर्ण ठंडे पानी के साथ रात को सोते समय फांक लिया जाय तो सुबह आसानी से व जल्दी मल विसर्जन हो जाता है और खामखां यह कसरत और इन्तजार करने की जरूरत नहीं पड़ती। हरड़ के चूर्ण की उचित मात्रा क्या हो इसका निर्णय अपने-अपने मलाशय की कठोरता के अनुसार 3-4 दिन तक मात्रा बदल-बदल कर लेने से होता है। इसकी सामान्य मात्रा 1 चम्मच (चाय वाला) मान कर लें। जिस मात्रा से सुबह कोई असर न हो वह मात्रा कम है ऐसा मानें। जिस मात्रा से पतले दस्त लग जाएं वह मात्रा ज्यादा हो गई। जिस मात्रा से प्रातः जल्दी व सुविधापूर्वक बंधा हुआ एक बार मल निकले और पेट साफ व हलका मालूम दे, साथ ही दोबारा फिर न जाना पड़े वही मात्रा अपने अनुकूल समझें और उसी मात्रा में सेवन करें। इसे लगातार कई दिनों तक सेवन करते रहें तो कोई हानि नहीं। आवश्यकता पड़ने पर याने जब कब्ज का अनुभव हो तब 4-5 दिन सेवन कर लें तो भी ठीक है। किसी भी प्रकार का जुलाब न लेकर एनीमा या हरड़ के चूर्ण का सेवन करके पेट साफ करना ही निरापद और हितकारी होता है।

अतः जो स्त्री-पुरुष, बालक या वृद्ध अपच और कब्ज के शिकार हो उन्हें रात को सोते समय बाल हरड़ का चूर्ण अवश्य सेवन करना चाहिए। वे यदि बड़ी हरड़ के चूर्ण को रसायन के रूप में ऋतु अनुसार विभिन्न अनुपान के साथ वर्षभर तक सेवन करते रहें तो क्या कहने! अपच और कब्ज़ का तो ख़ैर नामोनिशान भी बाकी न रहेगा साथ ही उनका शरीर स्वस्थ, पुष्ट, विकार रहित और स्फूर्तिवाला बना रहेगा।

(उपयोग से पूर्व अपने वैद्य की सलाह अवश्य लें)

गुरुदेव परमं गतिः

पौराणिक गाथा का एक उज्ज्वल पृष्ठ

महर्षि याज्ञवल्क्य श्रेष्ठ तत्वदर्शक हैं, परन्तु उनका मन गृहस्थ से ऊब गया है। वे गृहस्थ में रहना नहीं चाहते, उनका चिन्तन ऊर्ध्वमुखी होता जा रहा हैं

ऋषि की दो पत्नियां थीं - मैत्रेयी और कात्यायनी।

ऋषि ने मैत्रेयी से कहा - ''मैं जीवन का शेष भाग परम ज्योति के दर्शन हेतु लगाना चाहता हूं इसलिऐ मैं ऊर्ध्वमुखी होकर साधना सम्पन्न करने की इच्छा रखता हूँ। मैं आज ही तेरा कात्यायनी के साथ बंटवारा कर देना चाहता हूं, मेरे इस आश्रम में जो भी धन-सम्पदा है, उसके दो भाग कर देता हूं, एक भाग तेरा और दूसरा कात्यायनी का।''

क्या इस धन से मैं अमर हो सकती हूं? मैत्रेयी ने पूछा।

इस आश्रम की सम्पदा से तो क्या, यदि पृथ्वी की सम्पूर्ण सम्पदा भी प्राप्त हो जाय तब भी उससे अमर नहीं हो सकती, इससे परम पद या ब्रह्म ज्योति के दर्शन प्राप्त करना सम्भव नहीं है - याज्ञवल्क्य का स्पष्ट उत्तर था।

तब उस सम्पदा को लेकर मैं क्या करूंगी ? यह धन-दौलत, पुत्र, बान्धव, आश्रम आदि मेरे क्या काम के, जिससे कि मेरा कल्याण न हो सके। यह सारी सम्पदा मेरे जीवन में क्या काम की, यदि मैं स्वयं का कल्याण न कर सकूं और जीवन को ऊर्ध्वमुखी न बना सकूं, यदि आप मुझे भाग देना ही चाहते हैं तो मुझे ऊर्ध्वमुखी होने की प्रक्रिया समझाइये, उस परम ज्योति के दर्शन करने की विधि बताइये, जिससे कि मैं अमर हो सकूं, वही मेरा सच्चा भाग होगा - मैत्रेयी ने निश्चयपूर्वक याज्ञवल्क्य से निवेदन किया।

पर उस पथ का ज्ञान तो गुरु ही दे सकता है, मैं तेरा पति हूं परन्तु जब तक तुझ में शिष्यत्व भाव जागृत नही होगा तब तक मैं वह ज्ञान नहीं दे सकूंगा, ज्ञान के लिये शिष्यत्व प्राप्त करना जरूरी है, इसके लिए आवश्यक है कि तुम पूर्ण समर्पण भाव से गुरु की बन सको। अभी तक तो तुम मेरी पत्नी हो, शिष्या नहीं, पत्नी का भाग दिया जा सकता है, अमरत्व ज्ञान तो शिष्या बनने पर ही सम्भव है। याज्ञवल्क्य ने स्पष्ट व्याख्या की।

तब मैत्रेयी ने शिष्यत्व स्वीकार किया और याज्ञवल्क्य को पति के स्थान पर गुरु के रूप में देखा, और उनसे ब्रह्म विद्या का उपदेश प्राप्त किया। याज्ञवल्क्य ने ब्रह्मज्ञान का गूढ़ रहस्य खोलकर उसके सामने रख दिया।

कई उदाहरण देकर साधनाएं सम्पन्न करा कर गुरु याज्ञलक्य ने शिष्या मैत्रेयी को आत्म तत्व का दर्शन कराया और मैत्रेयी ने उस गूढ़तम ब्रह्म-ज्ञान का रहस्य प्राप्त कर लिया।

और इतिहास साक्षी है कि कात्यायनी हमेशा-हमेशा के लिए धन-सम्पदा लेकर समाप्त हो गई, जबकि मैत्रेयी कुछ भी भौतिक सम्पदा न लेकर युगों-युगों तक के लिए अमर हो गई।

वस्तुतः जब शिष्य सभी विकारों को त्यागता हुआ समर्पण की क्रिया की ओर अग्रसर होता है तब गुरु-शिष्य मिलन की प्रक्रिया होती है, तब शिष्य पूर्णता के साथ गुरु में मिल जाता है तभी वह अमरत्व प्राप्त करने में सफल हो पाता है और यही जीवन की पूर्णता है, श्रेष्ठता है, दिव्यता है।

राजेश गुप्ता 'निखिल'

मेष - माह के प्रारम्भ के दिन 2-3 दिन शुभकारी रहेंगे। व्यापार में उन्नति के मार्ग खुलेंगे। आर्थिक स्थिति सुदृढ़ होगी। फिर कोई परेशानी अचानक परेशान कर देगी। प्रतिष्ठा में आंच आ सकती है। नौकरी में तरक्की हो सकती है। मित्रों की सहायता मिलेगी। अटके रुपये वसूल होंगे। साहस एवं उत्साह बढ़ेगा। सावधान रहें कोई धोखा दे सकता है। शत्रुओं से सावधान रहें। सोच-समझकर कार्य करें, टेंशन बढ़ी हुई रहेगी। किसी पुराने मित्र से मुलाकात होगी। धीरे-धीरे बदलाव आयेगा। जीवनसाथी का सहयोग मिलेगा। विद्यार्थियों को अच्छा परिणाम मिलेगा। किसी की तबियत खराब होने से परेशान रहेंगे। संतान पर ध्यान दें। आखिरी सप्ताह में विदेश यात्रा का योग बन रहा है। आत्मविश्वास बढ़ा रहेगा। आखिरी तारीख में कोई अशुभ समाचार मिल सकता है। **नवग्रह मुद्रिका** धारण करें।

शुभ तिथियाँ - 8, 9, 10, 16, 17, 18, 25, 25, 26, 27

वृष - सप्ताह का प्रारम्भ सफलतादायक रहेगा। परिवार में सहयोग रहेगा। दृढ़निश्चयी व्यक्तित्व के धनी हैं। सभी से मधुर व्यवहार रहेगा। विद्यार्थी वर्ग अच्छा रिजल्ट पाकर सन्तुष्ट रहेगा। स्वास्थ्य के प्रति सचेत रहने की जरूरत है। आर्थिक स्थिति डावांडोल रहेगी। अचानक धनप्राप्ति के अवसर बनेंगे। पैतृक सम्पत्ति भी मिल सकती है। जीवनसाथी का सहयोग रहेगा। शत्रु हानि पहुंचाने की कोशिश करेंगे। किसी अनजान से उलझें नहीं क्रोध पर नियंत्रण रखें। व्यापार के लिए की यात्रा लाभ देगी। परिश्रम से महत्वपूर्ण कार्य पूर्ण कर सकेंगे। यह समय ध्यान, साधना के लिए उपयुक्त है। किसी अन्य के बहकावे में न आये। आर्थिक मामलों में सतर्कता बरतें। नया कारोबार शुरू न करें। इस समय स्वास्थ्य ठीक रहेगा। परिवार में प्रसन्नता का वातावरण रहेगा और **कुण्डलिनी जागरण दीक्षा** प्राप्त करें।

शुभ तिथियाँ - 1, 2, 3, 10, 11, 12, 19, 20, 29, 30

मिथुन - प्रथम सप्ताह उत्साहवर्द्धक रहेगा। सभी के प्रति आपका अच्छा व्यवहार एवं गरीबों की सहायता से सम्मान बढ़ेगा। रुके कार्यों में सुधार होगा। जहां तक हो कोई भी कानून का उल्लंघन न करें। लाभ पाने का अवसर मिलेगा। अवांछित कार्यों से दूर रहें। सम्भल कर कार्य करें, गलत सोहबत वालों से दूर रहें। जमीन-जायदाद के मामलों में वाद-विवाद हो सकता है। माह के मध्य में विरोधी पक्ष को शांत करने में सफल होंगे। इस समय बनाई गई प्लानिंग सफल नहीं होगी। आर्थिक स्थिति भी कमजोर हो सकती है। समय परिवर्तन से खुशहाली आयेगी। संतान के कार्य गौरव प्रदान करेंगे। किसी प्रभावशाली व्यक्ति का साथ आपके लिए अच्छा रहेगा। रुके धन की प्राप्ति होगी। महत्वपूर्ण कार्यों में बाहरी सहयोग लेना पड़ सकता है। युवा जातकों का भाग्योदय का अवसर है। **भाग्योदय दीक्षा** प्राप्त करें।

शुभ तिथियाँ - 3, 4, 5, 12, 13, 14, 21, 22, 30

कर्क - प्रथम सप्ताह का आरम्भ चिंता की स्थिति पैदा करेगा। किसी के बहकावे में आकर लड़ाई-झगड़े की स्थिति से दूर रहें। बाद में धोखा मिलेगा। कार्य क्षेत्र में नये रास्ते खुलेंगे। गृहस्थ जीवन सुखी रहेगा, कार्यों में सफलता से मन प्रसन्न रहेगा। नौकरीपेशा लोग इच्छित स्थानान्तरण न होने से परेशान रहेंगे। प्यार में सफलता मिलेगी। पैतृक सम्पत्ति में हिस्सा मिलेगा। गरीबों की सहायता करेंगे। किसी से रास्ते में नोक-झोंक हो सकती है, संयम रखें। तीसरे सप्ताह में कष्ट की स्थिति बनेगी। बिना सोचे-समझे कोई कार्य न करें। जिम्मेदारियां बढ़ेंगी। राजनीति में कोई शुभ समाचार मिल सकता है। आय स्रोत बढ़ेंगे। लाटरी/सट्टा में पैसे न लगायें। बिना पढ़े किसी कागज पर हस्ताक्षर न करें। मन अशांत एवं आत्मबल कमजोर रहेगा। आप **पूर्णत्व दीक्षा** प्राप्त करें।

शुभ तिथियाँ - 6, 7, 8, 14, 15, 16, 23, 24, 25

सिंह - प्रारम्भ प्रसन्नतादायक रहेगा। रुके हुये कार्य पूर्ण होंगे। नये मकान में प्रवेश हो सकता है। वाहन चालन में सावधानी रखें। स्वास्थ्य पर विशेष ध्यान दें। लापरवाही नुकसानदेय हो सकती है। आय में रुकावट रहेगी। पुराने मित्र से मुलाकात होगी। तीर्थ स्थल का प्रोग्राम बन सकता है। धार्मिक कार्यों में मन लगेगा। प्यार में धोखा मिल सकता है। गलत सोहबत से दूर रहें। परिवार में सभी का अच्छा व्यवहार रहेगा। अटके हुये रुपये वसूल होंगे। चलते-फिरते व्यक्ति से उलझने से बचें। स्वास्थ्य की परेशानी रहेगी। अवांछित कार्यों से धन आ सकता है। पति-पत्नी में गलतफहमी दूर होकर मधुर सम्बन्ध बनेंगे। व्यापार में वृद्धि होगी। आखिरी तारीखों में घर में अशांति हो सकती है। किसी भी कार्य में जल्दबाजी न करें। चिड़चिड़ापन नुकसानदेय होगा। आप **मनःशांति दीक्षा** प्राप्त करें।

शुभ तिथियाँ - 8, 9, 10, 16, 17, 18, 25, 26, 27

कन्या - माह के प्रारम्भ में कई समस्याओं से मुक्ति मिलेगी। मानसिक परेशानी से मुक्ति मिलेगी। संतानपक्ष सहयोग करेगा। यात्रा लाभदायक होगी। ऑफिस में कोई फाइल खो जाने पर टेंशन हो सकती है। बेरोजगारों को रोजगार के अवसर उपलब्ध होंगे। जीवनसाथी का व्यापार में सहयोग मिलेगा। मतभेद दूर होंगे। माह के मध्य में लाभ के साथ हानि भी उठानी पड़ सकती है। आप अपनी लगन से विपरीत परिस्थितियों में भी सफलता

पा सकेंगे। मित्रों का सहयोग मिलेगा। कोई झूठा आरोप लग सकता है। आखिरी सप्ताह में स्वास्थ्य पर विशेष ध्यान दें। क्रोध पर नियंत्रण रखें, कोई परेशानी आ सकती है, सतर्क रहें। सरकारी कर्मचारियों का इच्छित ट्रांसफर हो सकता है। आप इस माह **रोग निवारण दीक्षा** प्राप्त करें।

शुभ तिथियाँ - 1, 2, 3, 10, 11, 12, 18, 19, 20, 28, 29, 30

तुला - प्रारम्भ का सप्ताह संतोषजनक स्थिति लायेगा। आप धर्म के रास्ते पर चलेंगे। चिंताओं से मुक्ति मिलेगी। विदेश जाने की प्रक्रियाओं में सफलता मिलेगी। अविवाहितों का विवाह सम्भव है। लाभ के साथ हानि भी सम्भव है। शेयर, सट्टे में ज्यादा पैसा न लगायें। अपनों से अनबन हो सकती है। कहीं से कोई अशुभ समाचार मिल सकता है। आप दृढ़ निश्चयी हैं, लक्ष्य पाने में सफल होंगे। माह का मध्य सौहार्दपूर्ण रहेगा। शत्रु पक्ष शांत रहेंगे। दाम्पत्य जीवन सुखमय रहेगा। स्वास्थ्य अच्छा नहीं रहेगा। नया कारोबार इस समय प्रारम्भ न करें। माह का अन्तिम सप्ताह श्रेष्ठ है। अधिकारी वर्ग का सहयोग मिलेगा। एक सुखद यात्रा होगी, स्वास्थ्य के प्रति सचेत रहें। अहंकार न करें, क्रोध पर संयम रखना आवश्यक है। सचेत रहें, परिवार का वातावरण अच्छा रहेगा। **गुरु हृदयस्थ धारण दीक्षा** प्राप्त करें।

शुभ तिथियाँ - 3, 4, 5, 12, 13, 14, 21, 22, 30

वृश्चिक - माह का प्रारम्भ परेशानी भरा रहेगा। स्वास्थ्य पर बहुत ध्यान देने की आवश्यकता है। शत्रु पक्ष हानि पहुंचाने की कोशिश करेंगे, सचेत रहें। लापरवाही से हानि हो सकती है। घूमने का प्रोग्राम बन सकता है। साधु-महात्माओं के प्रवचन रुचिकर लगेंगे। दूसरे सप्ताह में कोई अप्रिय समाचार मिल सकता है, जिससे ज्यादा लगाव है, वही धोखा देगा। आय के स्रोत बढ़ेंगे। परिवार में सभी को खुश रखेंगे। भविष्य के लिए योजना सफल होगी। समाज में सम्मान मिलेगा। सभी की भलाई का कार्य करेंगे। दाम्पत्य जीवन में अनबन रहेगी। घर में अशांति रहेगी। आप अपने दढ़निश्चय से लक्ष्य हासिल कर सकेंगे, आर्थिक स्थिति मजबूत होगी। माह के आखिर की तारीखों में उथल-पुथल रहेगी। इस समय क्रोध पर संयम रखने की आवशकयता है। सोच-समझ कर निर्णय लेने की जरूरत है। आप **सर्वबाधा निवारण दीक्षा** प्राप्त करें।

शुभ तिथियाँ - 6, 7, 8, 14, 15, 16, 23, 24, 25

धनु - प्रारम्भ के दिन सफलतादायक हैं, उच्च अधिकारियों से मधुर सम्बन्ध होंगे। विद्यार्थियों को अच्छा रिजल्ट मिलने से प्रसन्न रहेंगे, आर्थिक स्थिति ठीक रहेगी। अचानक धन प्राप्ति हो सकती है। पुराने मित्र से मुलाकात होगी। दाम्पत्य जीवन सुखमय रहेगा। स्वास्थ्य की ओर ध्यान दें। कार्य अटक सकते हैं। व्यापार के सिलसिले में की गई यात्रा लाभ देगी। प्यार में सफलता मिलेगी। धार्मिक कार्यों में रुचि बढ़ेगी। चलते-फिरते रास्ते में वाद-विवाद हो सकता है, क्रोध पर नियंत्रण रखें। किसी और की गलती आप को भुगतनी पड़ सकती है। आखिरी सप्ताह में किसी वरिष्ठ अधिकारी से मुलाकात आपको लाभ पहुंचायेगी। मनोवांछित फल प्राप्ति होगी। इस समय शत्रुओं को परास्त कर सकेंगे। सेहत भी अच्छी रहेगी। परिवार में सभी प्रसन्न एवं सहयोगी रहेंगे। आखिरी सप्ताह में कोई बाधा आ सकती है। **हनुमान दीक्षा** प्राप्त करें।

शुभ तिथियाँ - 8, 9, 10, 16, 17, 18, 25, 26, 27

मकर - माह का प्रथम सप्ताह सफलतादायक रहेगा। बेरोजगारों को रोजगार मिलेगा। प्रोपर्टी की खरीदारी हो सकती है। अपने मधुर व्यवहार से सभी का दिल जीत लेंगे। परिवार में वाद-विवाद हो सकता है। किसी और का कारनामा आप पर थोपा जा सकता है। फालतू के झंझटों से दूर हरें। किसी अनजान से वाद-विवाद हो सकता है। नौकरीपेशा की पदोन्नति के

सर्वार्थ सिद्धि योग	- जून-11, 13, 17, 21, 23, 27, 30
रवि योग	- जून-3, 5, 8, 9, 10, 13, 19
गुरु पुष्य योग	- जून-30 की रात्रि 01.06 से 1 जुलाई प्रात: 5.53 तक

अवसर हैं। किसी अशुभ समाचार एवं कार्य को लेकर टेंशन हो सकती है। ऑफिस में किसी प्रकार के लेन-देन के मामले में फंस सकते हैं। माह के मध्य में आर्थिक हानि की सम्भावना है। भाइयों में मतभेद दूर हो जायेगा। कार्यों के लिए समाज में प्रशंसा मिलेगी। प्यार में धोखा हो सकता है। अन्तिम सप्ताह में स्वास्थ्य ठीक नहीं रहेगा। मानसिक चिंतायें घेरेंगी। समस्याओं में उलझेंगे। मित्रों की मदद लेनी पड़ेगी। आप **सर्व विघ्नहर्ता गणेश दीक्षा** प्राप्त करें।

शुभ तिथियाँ - 1, 2, 3, 10, 11, 12, 18, 19, 20, 28, 29, 30

कुम्भ - प्रारम्भ सफलतादायक रहेगा। शत्रु परास्त रहेंगे। उच्चाधिकारी कार्य की प्रशंसा करेंगे। परिवार के साथ पिकनिक का प्रोग्राम होगा, विद्यार्थी वर्ग मन चाहा परिणाम पाकर खुश रहेंगे। प्रयत्न सफल होंगे। अविवाहितों के रिश्ते आयेंगे। परिवार में तनाव हो सकता है, आर्थिक लाभ के लिए अच्छा समय नहीं है। छोटी-छोटी बातों पर तनाव हो सकता है। आप बुद्धि-विवेक परेशानियों को हल करने में सफल होंगे। विरोधियों को जवाब देने में सक्षम रहेंगे। माह के मध्य में समय बेकार न जाने दें। स्वास्थ्य सम्बन्धी समस्यायें आ सकती हैं। यात्रा से बचें। सरकारी कर्मचारियों के लिए अच्छा समय है। रास्ते चलते किसी से वाद-विवाद में न उलझें। साझेदारी के कार्य में हानि हो सकती है। आखिरी दिनों में योजना सफल होगी। इस समय किये गये सौदे लाभप्रद होंगे एवं यात्रा में भी लाभ होगा। आप **मां दुर्गा दीक्षा** प्राप्त करें।

शुभ तिथियाँ - 3, 4, 5, 12, 13, 14, 21, 22, 30

मीन - प्रारम्भ के 2-3 दिन प्रतिकूल हैं। निर्णय लेने में सावधानी बरतें, जल्दबाजी में कोई निर्णय न लें। वाणी पर संयम रखें अन्यथा टेंशन हो सकती है। मन की एकाग्रता रखें। प्रेम में गलतफहमी दूर होगी। बिना वजह किसी और की गलती आप पर थोपी जा सकती है। किसी भी पेपर पर पढ़कर ही हस्ताक्षर करें। अनजान व्यक्ति से टकराहट हो सकती है। क्षमाशीलता का भाव रखें। माह के मध्य में ख्याति मिलेगी। घूमने का प्रोग्राम बन सकता है। बाजार का रुख देखकर ही व्यापार में निवेश करें। तीसरे सप्ताह में अचानक अशुभ समाचार मिल सकता है। चित्त को गुस्से से दूर रखें। दूसरों पर विश्वास न करें। वाहन की खरीदारी का योग है। विद्यार्थियों का समय पढ़ाई में बीतेगा। व्यापार के क्षेत्र में लम्बी यात्रा हो सकती है, स्वास्थ्य का विशेष ध्यान रखें, सचेत रहें। **कायाकल्प दीक्षा** प्राप्त करें।

शुभ तिथियाँ - 6, 7, 8, 14, 15, 16, 23, 24, 25

इस मास व्रत, पर्व एवं त्यौहार

02.06.22	गुरुवार	रम्भा तृतीया
05.06.22	रविवार	विंध्यवासिनी पू. दिवस
08.06.22	बुधवार	धूमावती जयंती
9.06.22	गुरुवार	महेश नवमी
10.06.22	शुक्रवार	बटुक भैरव जयंती, निर्जला एकादशी
16.06.22	गुरुवार	संन्यास जयंती
22.06.22	बुधरुवार	सिद्धाश्रम जयंती
24.06.22	शुक्रवार	योगिनी एकादशी
30.06.22	गुरुवार	गुप्त नवरात्रि प्रारम्भ

साधक, पाठक तथा सर्वजन सामान्य के लिए समय का वह रूप यहां प्रस्तुत है; जो किसी भी व्यक्ति के जीवन में उन्नति का कारण होता है तथा जिसे जान कर आप स्वयं अपने लिए उन्नति का मार्ग प्रशस्त कर सकते हैं।

नीचे दी गई सारिणी में समय को श्रेष्ठ रूप में प्रस्तुत किया गया है - जीवन के लिए आवश्यक किसी भी कार्य के लिये, चाहे वह व्यापार से सम्बन्धित हो, नौकरी से सम्बन्धित हो, घर में शुभ उत्सव से सम्बन्धित हो अथवा अन्य किसी भी कार्य से सम्बन्धित हो, आप इस श्रेष्ठतम समय का उपयोग कर सकते हैं और सफलता का प्रतिशत **99.9%** आपके भाग्य में अंकित हो जायेगा।

ब्रह्म मुहूर्त का समय प्रातः 4.24 से 6.00 बजे तक ही रहता है

वार/दिनांक	श्रेष्ठ समय
रविवार (जून-5, 12, 19, 26)	दिन 06.00 से 08.24 तक 11.36 से 02.48 तक 03.36 से 04.24 तक रात 06.48 से 10.00 तक 12.24 से 02.48 तक 04.24 से 06.00 तक
सोमवार (जून-6, 13, 20, 27)	दिन 06.00 से 07.36 तक 09.12 से 11.36 तक रात 08.24 से 11.36 तक 02.48 से 03.36 तक
मंगलवार (जून-7, 14, 21, 28)	दिन 10.00 से 11.36 तक 04.30 से 06.00 तक रात 06.48 से 10.00 तक 12.24 से 02.48 तक 05.12 से 06.00 तक
बुधवार (जून-1, 8, 15, 22, 29)	दिन 06.48 से 10.00 तक 02.48 से 05.12 तक रात 07.36 से 09.12 तक 12.24 से 02.48 तक
गुरूवार (जून-2, 9, 16, 23, 30)	दिन 06.00 से 07.36 तक 10.00 से 11.36 तक 04.24 से 06.00 तक रात 09.12 से 11.36 तक 02.00 से 04.24 तक
शुक्रवार (जून-3, 10, 17, 24)	दिन 06.00 से 06.48 तक 07.36 से 10.00 तक 12.24 से 03.36 तक रात 07.36 से 09.12 तक 10.48 से 11.36 तक 01.12 से 02.48 तक
शनिवार (जून-4, 11, 18, 25)	दिन 06.00 से 06.48 तक 10.30 से 12.24 तक रात 08.24 से 10.48 तक 02.48 से 03.36 तक 05.12 से 06.00 तक

यह हमने नहीं वराहमिहिर ने कहा है

किसी भी कार्य को प्रारम्भ करने से पूर्व प्रत्येक व्यक्ति के मन में संशय-असंशय की भावना रहती है कि यह कार्य सफल होगा या नहीं, सफलता प्राप्त होगी या नहीं, बाधाएं तो उपस्थित नहीं हो जायेंगी, पता नहीं दिन का प्रारम्भ किस प्रकार से होगा, दिन की समाप्ति पर वह स्वयं को तनावरहित कर पायेगा या नहीं? प्रत्येक व्यक्ति कुछ ऐसे उपाय अपने जीवन में अपनाना चाहता है, जिनसे उसका प्रत्येक दिन उसके अनुकूल एवं आनन्दयुक्त बन जाय। कुछ ऐसे ही उपाय आपके समक्ष प्रस्तुत हैं, जो वराहमिहिर के विविध प्रकाशित-अप्रकाशित ग्रंथों से संकलित हैं, जिन्हें यहां प्रत्येक दिवस के अनुसार प्रस्तुत किया गया है तथा जिन्हें सम्पन्न करने पर आपका पूरा दिन पूर्ण सफलतादायक बन सकेगा।

जून-22

11. आज अनाज, वस्त्र, फल, आदि दक्षिणा के साथ दान करें।
12. आज गायत्री मंत्र की एक माला जप करें।
13. 'ॐ नमो भगवते वासुदेवाय' का 21 बार उच्चारण करके बाहर जाएं।
14. आज स्नान व पूजन के बाद पक्षियों को दाना डालें।
15. केसर का तिलक लगाकर कार्य पर जायें।
16. पीपल या केले के पेड़ में जल चढ़ायें।
17. प्रातः चावल की ढेरी पर एक सुपारी (गणपति का ध्यान करके) स्थापित करें एवं 'गं गणपतये नमः' का 21 बार जप करें।
18. आज शनि शांति हेतु शनि मुद्रिका (150/-) धारण करें।
19. भगवान सूर्य को प्रातः अर्घ्य दें।
20. शिव मन्दिर में दूध मिश्रित जल से अभिषेक करें।
21. सद्गुरुदेव जन्म दिवस पर 1-21 श्लोक (निखिल स्तवन) तक का पाठ करें।
22. आज प्रातः 21 बार 'सोऽम' मंत्र का उच्चारण करें।
23. आज चना एवं गुड़ का दान करें, कार्य में सफलता मिलेगी।
24. आज स्वस्थता प्राप्ति हेतु कायाकल्प गुटिका (न्यौ. 300/-) धारण करें।
25. प्रातः पूजन के बाद निम्न मंत्र का 21 बार उच्चारण करें -'ॐ शं शनैश्चराय नमः'।
26. आज अपने वस्त्रों में पीले रंग की प्रधानता रखें।
27. आज शिव मन्दिर में मनोकामना हेतु तीन पंचमुखी रुद्राक्ष चढ़ायें।
28. हनुमान मन्दिर में लड्डू का भोग लगाकर बच्चो में बांट दें।
29. आज विशेष दिन है, कोई साधना सम्पन्न करें।
30. आज से गुप्त नवरात्रि प्रारम्भ है, प्रातः मां दुर्गा की आरती करें।

जुलाई-22

1. प्रातः निम्न मंत्र का 1 माला जप करके जाएं-'ॐ नमो भगवते वासुदेवाय नमः।'
2. आज शनि शांति के लिए शनि मुद्रिका धारण कर सकते हैं।
3. प्रातः दुर्लभोपनिषद सी.डी. का श्रवण करके ही जाएं।
4. आज बाहर जाने से पूर्व 'ॐ नमः शिवाय' की 1 माला जप करें।
5. हनुमान बाहु (न्यौ. 90/-) धारण करें तंत्र बाधा से रक्षा होगी।
6. आज विवस्वत सप्तमी को भगवान सूर्य को अर्घ्य दें एवं 1 प्रदक्षिणा करें।
7. आज गुप्त नवरात्रि की दुर्गाष्टमी है। 'ऐं ह्रीं क्लीं चामुण्डयै विच्चे' की 1 माला जप करके ही जाएं।
8. आज दुर्गा मंत्र से हवन सम्पन्न करें।
9. सरसों के तेल का कुछ दक्षिणा के साथ दान करें।
10. आज प्रातःकालीन वेद ध्वनि की सी.डी. का श्रवण करें।

गुरु पूर्णिमा के

महत्वपूर्ण अवसर पर सम्पन्न करें

शिष्य द्वारा गुरु पूजन, गुरु साधना, गुरु भक्ति की तांत्रिक साधना

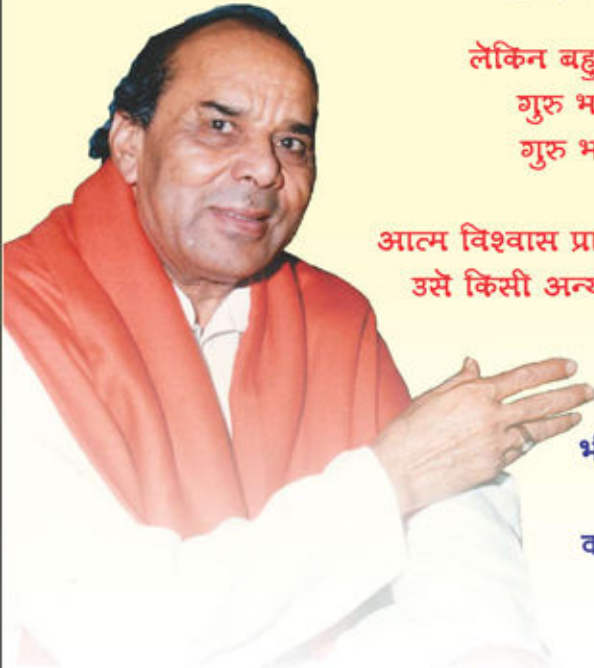
गुरु तत्व

प्राण स्थापन साधना

गुरु पूर्णिमा

13.07.2022

जितना महत्वपूर्ण गुरु शब्द है, गुरु तत्व है, उतना ही महत्वपूर्ण शिष्य बनना भी है, शिष्य बनना, और बन कर उसे निभाना ठीक उसी प्रकार है, जैसे उफनती धारा में अपने आपको गुरु के भरोसे छोड़ देना, गुरु अर्चना किस प्रकार की जाय और गुरु भक्ति से कुण्डलिनी कैसे जागृत हो, एक विशेष योग ''पातजंली योग'' सूत्र से।

सद्गुरु के संबंध में हजारों ग्रन्थ, हजारों व्याख्याएं दी गई हैं, कि गुरु तत्व क्या है, किस समय दीक्षा लेनी चाहिए, दीक्षा का स्वरूप क्या होना चाहिए, गुरु भक्ति का सार क्या है,

लेकिन बहुत कम ग्रन्थों में किस प्रकार गुरु पूजन, गुरु भक्ति की जाय, का विवेचन आया है, गुरु भक्ति शिष्य के लिए प्रथम आधार है, जहां उसे एक ठोस सहारा, आत्म विश्वास प्राप्त होता है, इस सहारे को प्राप्त करने के पश्चात् उसे किसी अन्य की ओर देखने की आवश्यकता ही नहीं है,

इस प्रकार गुरु भक्ति को, गुरु श्रद्धा को किसी भी तराजू में न तो तोला जा सकता है, और न ही मापा जा सकता है, क्योंकि इसका आधार पूर्ण समर्पण है।

गुरु तुम ही तुम

शिष्य अपनी प्रारंभिक अवस्था में आशा-निराशा, शका-कुशंका, चिन्ता-अचिन्ता में डूबा गुरु के पास पहुंच जाता है, उस समय एक विशेष प्रक्रिया सम्पन्न होती है, यदि आत्मा से तत्काल वह भाव उठे, कि यही मेरे गुरुदेव हैं, तो समझ लो कि सब कुछ मिल गया, यह चुनाव शिष्य को केवल एक बार करना है और उसके पश्चात् तो नैया की पतवार सद्गुरुदेव के पास सौंप देनी है, फिर नहीं सोचना है कि क्या होगा,मन की सारी शंकाएं बाहर निकाल कर केवल एक समर्पण भाव को ही मन के भीतर स्थापित कर लेना आवश्यक है।

यह स्थिति शिष्य की द्वितीय स्थिति है, क्योंकि शिष्य को तो वह मार्ग खोजना है जिससे वह अपने आपको पूर्ण रूप से पहिचान सके, अपने भीतर जो तत्व छिपा है, उसे उजागर कर सके, अपने भीतर प्रसन्नता का संचार प्रारंभ कर सके, यदि शरीर में कोई फोड़ा या नासूर हो जाय, तो आप हाथ लगाने से ही डरते हैं, और डाक्टर को तो उसे चीरा लगाने की अनुमति दे देते हैं, और वह नासूर, वह फोड़ा ठीक भी हो जाता है, इसी प्रकार जीवन में यदि चिन्ता रूपी, कष्ट रूपी, दुःख रूपी, भय रूपी, नासूर हो गया है, तो चुपचाप अपने आपको श्री सद्गुरुदेव के प्रति समर्पित कर दो, अब आपकी जिम्मेवारी समाप्त हो जाती है, अब इस चिन्ता रूपी नासूर को चीरा लगाना है, अथवा कौन सी औषधि देनी है, इस पर विचार करना सद्गुरुदेव का काम है, सद्गुरुदेव को तो यह भी देखना है, कि यह विकार भीतर तक से समाप्त हो जाय, जिससे फिर कोई नया नासूर न बन पड़े।

काहि विधि करूं साधना

गुरु पूजन के संबंध में इतने अधिक प्रयोग अलग-अलग पुस्तकों में दिये गये हैं कि साधक भ्रमित हो जाता है, कि वास्तविक रूप से किस प्रकार वह नियमित गुरु पूजन करे? जिससे उसकी गुरु भक्ति साकार हो सके।

इस संबंध में पूज्य गुरुदेव ने जो विधि बताई और जिस विधि से वे स्वयं नित्य प्रति दादा गुरु श्री सच्चिदानन्द जी महाराज की पूजा करते हैं, वह विधि पहली बार पत्रिका के माध्यम से पूज्य गुरुदेव के शिष्यों के हेतु स्पष्ट की जा रही है, इसके प्रत्येक शब्द को समझें और शुद्ध रीति से आचरण करें।

गुरु तत्व साधना कब?

गुरु साधना करने का समय विशेष निश्चित नहीं है, यह तो नित्य प्रति की पूजा साधना है, जिस प्रकार व्यक्ति नित्य प्रति भोजन करता है, उसी प्रकार इसे भी अपने जीवन की दिनचर्या का अंग बना लें, तभी उसे सार्थक गुरु भक्ति कहा जा सकता है।

गुरुवार का दिन गुरु तत्व साधना का प्रारंभ करने का सबसे उत्तम दिन है, इसमें न तो विशेष आडम्बर चाहिए, न ही कोई लम्बा चौड़ा विधान, एक बात अवश्य है कि अपने पूजा स्थान में एक स्थान ऐसा अवश्य बना लें, जिसमें गुरु पूजन से संबंधित आवश्यक सामग्री हो, गुरु चित्र हो और नियमित रूप से उसी स्थान पर बैठ कर ध्यान एवं पूजा करें, ऐसा नहीं हो कि बेडरूम में बैठे हैं, तो बेडरूम में गुरु पूजन कर लिया और ड्राईंग रूम में बैठे हैं, तो वहां गुरु पूजन कर लिया! एक निश्चित स्थान अवश्य बना लें।

गुरु ही शिव है शिव ही गुरु है

गुरुवार के दिन प्रात: ब्रह्म मुहूर्त में साधक उठ कर स्नान कर शुद्ध वस्त्र धारण करें, अच्छी बातों का ध्यान कर, मन में प्रसन्नता के साथ पूजन प्रारंभ करें, आलस्य निद्रा, चित्त में बिल्कुल नहीं होनी चाहिए, ऐसा भाव होना चाहिए कि मानो एक

दिव्य ज्योति को अपने भीतर समाहित कर रहे हैं, एक नवीन जीवन निर्माण की प्रक्रिया प्रारम्भ कर रहे हैं, जो साधक अपने आपको भुला कर साधना में संलग्न होते हैं, उन्हें ही परम गुरु तत्व पूर्ण रूप से प्राप्त होता है, जीवात्मा, परमशिव और कुण्डलिनी का संयोग ही परमशिव रूप गुरुदेव है, इन तीनों में कोई भेद नहीं है।

अपने सामने नेत्रों से अमृत बरसाते हुए, प्रसन्न भाव वाले सद्गुरुदेव के चित्र को स्थापित करें, पूजा स्थान में शुद्ध घी का दीपक जलाएं, गुरु चित्र पर चन्दन तिलक लगायें, पुष्प माला चढ़ाएं, इसके पश्चात् अपने सामने ऐसे स्थान पर गुरु तत्व यंत्र स्थापित करें जिसे बार-बार हटाना नहीं पड़े, और इस गुरु यंत्र का पूजन करें।

सद्गुरुदेव ध्यान

स्वमूर्द्धनि सहस्रारपकंजासीनमव्ययम्।
शुद्धस्फटिसंकाशं शरच्चन्द्रनिभाननम्।।
प्रफुल्लेन्दीवराकार नेत्रद्वयविराजितम्।
शुक्लाम्बरधरं शुक्लगन्धमात्यानुलेपनम्।।
विभूषितं श्वेतमात्यैर्वराभयकरद्वयम्।
वामागंगतया शक्त्या सहितं स्वप्रकाशया।।
सुरलोत्पलधारिण्या ज्ञानैर्मुदितमानसम्।
शिवेनैक्यं समुन्नीय ध्यायेत् परगुरुं धिया।।

''हे परम पूज्य गुरुदेव! अपने मस्तक के मध्य सहस्रदल कमल में जागृत कुण्डलिनी में स्थित अविनाशी, स्वच्छ स्फटिक मणि के समान कांति वाले, शरदकालीन चन्द्रमा के समान मुख वाले, विकसित कमल के समान सुन्दर नेत्र वाले, श्वेत गन्ध और श्वेत पुष्प की माला धारण करने वाले, श्वेत चन्दन धारण करने वाले, अपने दोनों हाथों में वर और अभय मुद्रा धारण करने वाले, अपने स्वतेज, स्वशक्ति से प्रकाशित, प्रसन्न चित्त वाले, सदाशिव स्वरूप मेरे आराध्य पूज्य गुरुदेव! मैं शिष्य आपका ध्यान करता हूं।

जब शिष्य गुरुदेव का ध्यान करता है, तो उसे अपने नेत्र बन्द कर प्राणायाम की मुद्रा अपनानी चाहिए, पालथी मार कर सीधा बैठे और अपने कुण्डलिनी तत्व को जागृत करने का ध्यान करें, इस ध्यान मुद्रा में, गुरु ध्यान में एक लहर उठती है, और इस लहर का प्रवाह मूलाधार चक्र, स्वाधिष्ठान चक्र, मणिपुर चक्र, अनाहत चक्र, विशुद्ध चक्र, आज्ञा चक्र से होता हुआ सहस्रार तक पहुंचता है, इस लहर का प्रवाह जिस रूप में भी होता है, होने दे, सहस्रार ही पूज्य सद्गुरुदेव का स्थान है।

अब अपने सामने स्थापित **'सहस्रार मंत्रों से अभिमन्त्रित, परम शिव तत्व से शोभित गुरु तत्व यंत्र'** की पूजा प्रारंभ करनी चाहिए, इस पूजा से गंध, पुष्प, धूप, दीप, नैवेद्य, अक्षत के अतिरिक्त **छः सिद्ध तत्व चक्र** आवश्यक है।

पूजा क्रम-

।। लं पृथ्वीतत्वात्मकं गन्धं गुरुवे समर्पयामि नमः।।

दोनों हाथों की कनिष्ठिका और अंगुष्ठ की संयोगात्मक मुद्रा से गंध अर्पण करनी चाहिये।

।।हं आकाशतत्वात्मकं पुष्पं गुरुवे समर्पयामि नमः।।

दोनों हाथों के अंगुष्ठ और तर्जनी की संयोगात्मक मुद्रा से गन्ध अर्पण करना चाहिय।

।। यं वायुतत्वात्मकं धूपं गुरुवे समर्पयामि नमः।।

दोनों हाथों के तर्जनी और अंगुष्ठ की संयोगात्मक मुद्रा से धूप अर्पण करना चाहिये।

।। रं वह्नितत्वात्मकं दीपं गुरुवे समर्पयामि नमः।।

दोनों हाथों के मध्यमा और अंगुष्ठ की संयोगात्मक मुद्रा से दीप अर्पण करना चाहिये।

।। वं अमृततत्वात्मकं नैवेद्यं गुरुवे समर्पयामि नमः।।

दोनों हाथों के अनामिका और अंगुष्ठ की संयोगात्मक मुद्रा से नैवेद्य अर्पण करना चाहिये।

अब अपने कुण्डलिनी के एक-एक चक्र का ध्यान करते हुए सांस ऊपर खींचे और एक-एक कर **छः सिद्धितत्व चक्र**, जो सामग्री में हैं, उन्हें गुरु यंत्र के सामने रखते रहें।

अब प्राणायाम प्रक्रिया से गुरु पूजन प्रारंभ होता है, अपनी दायें हाथ की अनामिका उंगली से बाईं तरफ का नासापुट दबा कर दक्षिण नासापुट से सोलह बार **'ॐ'** मंत्र का जप करते हुए गुरुदेव का ध्यान करें और श्वास ऊपर खींचे, ध्यान करें कि इस स्थिति में पूज्य गुरुदेव शिव स्वरूप में नाभि में स्थित हैं, फिर दायें अंगूठे से दायें नासापुट को दबा कर चौंसठ बार **'ॐ'** मंत्र का जप करते हुए ह्रदय में स्थित गुरुदेव का ध्यान करते हुए प्राणायाम करें।

फिर बांये नासापुट पर दक्षिण अनामिका को रखें और 32 बार **'ॐ'** मंत्र का जप करते हुए मस्तक में स्थित गुरुदेव का ध्यान करते हुए सांस छोड़े।

इस विशेष गुरु पूजन साधना में ''सर्वसिद्धि स्वरूपिणि-गुरु रहस्य माला'' आवश्यक है, अपने सामने गुरु रहस्य माला रखें और अक्षत, कुंकुम, चन्दन से इस माला का पूजन करें।

मंत्र

क्लीं माले माले महामाले सर्वसिद्धि स्वरूपिणि।
चतुर्वर्गस्त्वयि नयस्तस्तस्मान्मे सिद्धिदा भाव
ॐ कामेश्वर्ये नमः।।

अब इस माला से गुरु मंत्र का 11 माला जप करें, साधक इस बात का ध्यान रखें कि दीक्षा के समय गुरुदेव के श्रीमुख से जो गुरु मंत्र दिया गया है, उसी मंत्र का जप करें, तथा अन्य साधक गुरु मंत्र **ॐ नारायणाय गुरुभ्यो नमः** जप करें, इसके पश्चात् माला को प्रणाम कर निम्न मंत्र का उच्चारण कर अपने मस्तक पर रखें -

।। ॐ त्वं माले सर्वदेवानां पूजिता शुभदा मता शुभं कुरुष्व मे भद्रे यशो वीर्यं च देहि मे।।

इसके पश्चात् हाथ में जल लें, और यह संकल्प करते हुए, कि मैंने जो मंत्र का जप किया है वह श्री गुरुदेव को समर्पित है, जल भूमि पर छोड़ दें।

गुरु पूजन का प्रधान स्वरूप समर्पण में है, ध्यान में हैं, इस पूजा का समापन भी गुरुदेव के ध्यान से होता है, गुरुदेव को नमस्कार करते हुए निम्न तीन मंत्रों का, ग्यारह बार शांत भाव से बोल कर उच्चारण करें -

अखण्डमण्डलाकारं व्याप्तं येन चराचरम् तत्पदं दर्शितं येन तस्मै श्री गुरुवे नमः।
अज्ञानतिमिरान्धस्य ज्ञानांजनशलाकया चक्षु रुन्मीलित येन तस्मै श्री गुरुवे नमः।
गुरुर्ब्रह्मा गुरुर्विष्णु गुरुर्देवो महेश्वरः गुरुः साक्षात् परब्रह्म तस्मै श्री गुरुवे नमः।

तत्पश्चात् गुरु आरती सम्पन्न करें एवं प्रसाद वितरण करें।

निखिलेश्वर आरती

जय संन्यासी अग्रणी जय शान्तं रूपं।
जय-जय संन्यस्त्वं मा जय भगवद् रूपं।।
ॐ जय-जय-जय निखिलं.....
हिमालये निवसति मुक्तं प्रकृति त्वां मध्ये।
विचरति गिरिवर गहने गह्वरसहि मुदितां।।
ॐ जय-जय-जय निखिलं.....
शान्तं वेशं भव्यं अद्वितीय रूपं।
व्याघ्रं वज्र विहन्तुं वक्षस्थल त्वं त्वं।।
ॐ जय-जय-जय निखिलं.....
वेद पुराण शास्त्रं ज्योतिष महितत्त्वं।
मंत्र-तंत्र उद्धारय साध्यं सहि सहितं।।
ॐ जय-जय-जय निखिलं.....
ऋषि दिव्यं देह भस्मं रुद्राक्षं सहितं।
विचरति निशिदिन प्राप्त्ये धन्य मही युक्तं।
ॐ जय-जय-जय निखिलं.....
सिद्धाश्रम सप्राणं मंत्रं सृष्टत्वं।
लक्षं लक्ष निहारत अद्वय अधि युक्तं।।
ॐ जय-जय-जय निखिलं.....
भव्य विशालं नेत्रं भालं तेजस्वं।
लक्षं शिष्यं ध्यायति निखिलेश्वर गुरुत्वं।।
ॐ जय-जय-जय निखिलं.....
संगीत युक्तं आरार्तिक पठत् यदि शृणुतं।
गुरु मोद वर प्राप्तुं शिष्यत्वं पूर्णं।।
ॐ जय-जय-जय निखिलं.....
जय संन्यासी अग्रणी जय शान्तं रूपं।
जय-जय संन्यस्त्वं मा जय भगवद् रूपं।।
ॐ जय-जय-जय निखिलं.....

''जो दृश्यमान है और अदृश्य है, वह सब गुरु स्वरूप ही है, व गुरु ही साक्षात् ब्रह्मा, विष्णु, महेश तथा परब्रह्म है।'' ' ऐसा ध्यान करते हुए गुरुदेव को प्रणाम करें और अपनी दिनचर्या प्रारंभ करें।

जो साधक इस पूजन को नियमित रूप से सम्पन्न कर सकते हैं, वे ही शुद्ध सम्पूर्ण शिष्य है, प्रति गुरुवार को व प्रत्येक महत्वपूर्ण अवसर पर यह पूजन अवश्य सम्पन्न करें।

''सर्व सिद्धि स्वरूपिणि गुरु रहस्य माला'' अपने पूजा स्थान में ही रखें, प्रतिदिन घर से बाहर निकलते समय गुरु ध्यान कर इस माला को अपने नेत्रों और मस्तक से अवश्य स्पर्श करायें।

जिस शिष्य ने अपना सब कुछ, अपना भाव सद्गुरुदेव को सौप दिया, उसे तो किसी प्रकार की चिंता करने की आवश्यकता ही नहीं है।

साधना सामग्री- 660/-

- क्या आप रोग से जूझ रहे है ?
- क्या ऋण से व्यथित हो रहे हैं ?
- क्या आप दोनों (पति-पत्नी) में पारस्परिक मधुरता नहीं रही ?
- क्या आपको राज्य भय सता रहा है?
- क्या आपको कोई चिन्ता खोखला किये जा रही है?

07.07.22

तो आप हिडिम्बा साधना

कर ही लीजिए, क्योंकि यह सौम्य है सरल है और प्रत्येक गृहस्थ व्यक्ति के लिए अनुकूल है

सम्पूर्ण जीवन का आधार पूर्णता है, जो प्रत्येक व्यक्ति के लिए कहीं न कहीं उसकी भौतिक अवस्था पर भी निर्भर करती है, क्योंकि जब वह पूर्ण रूप से भौतिक समस्याओं से निर्मुक्त हो सकेगा, तभी तो वह अपने जीवन को पूर्णता तक पहुंचा सकेगा, तब वह पूर्ण रूप से एकाग्र होकर अपने लक्ष्य को प्राप्त कर सकेगा।

कठिन इसलिए कहा जा सकता है, क्योकि मानव अपने द्वारा बनाई हुई सीमा रेखाओं से निकलना नहीं चाहता है। वह स्वयं को उसी सांसारिक मोह की परिधि के अन्दर बांध कर प्रसन्न रहने का प्रयत्न करता है.... फिर भी प्रसन्नता नहीं मिल पाती, क्योंकि वह अनेक कारणों से दुखी रहता है, तब वह अपने परिवार में सिमट कर रह जाता है, लेकिन वह अपने परिवार के प्रति पूर्ण कर्त्तव्य निर्वाह नहीं कर पाता है और व्यथित बना रहता है।

हिडिम्बा साधना इन्हीं कर्त्तव्यों को सम्पूर्णता के साथ निर्वाह करने की साधना है, जिसे सम्पन्न कर आप प्रत्येक प्रकार की परिस्थितियों को अपने अनुकूल बना सकते हैं।

साधारणत: मनुष्य जीवन की कुछ ऐसी समस्याएं होती ही हैं जिनसे वह पूर्णत: निजात पाना चाहता है–

- वह चाहता है, कि वह पूर्णत: रोगमुक्त रहे। उसका पूरा परिवार भी पूर्णत: स्वस्थ रहे, रोग शारीरिक हो या किसी अन्य प्रकार से हो, व्यक्ति उनसे उबरना चाहता ही है, वह रोग को महीनों तक नहीं झेलना चाहता। चाहे वह कितना ही छोटा से छोटा या बड़ा रोग क्यों न हो, वह स्वयं को तथा पूरे परिवार को पूर्णत: रोगमुक्त करना ही चाहता है।
- क्योंकि जब व्यक्ति रोगमुक्त हो सकेगा, तभी वह अपने परिवार तथा स्वयं के लिए भी रचनात्मक कार्य कर सकेगा, फिर वह उच्चता को प्राप्त करने के लिए भी सोच सकेगा।
- ऋणी व्यक्ति जब तक ऋण-ग्रस्त रहता है, तब तक वह किसी न किसी कारण तनाव में रहता ही है, क्योंकि ऋणी व्यक्ति के जीवन में यश, प्रतिष्ठा, सम्मान आदि धूमिल हो जाता है, वह चाहे कितना भी सज्जन हो, सभ्य हो, सौम्य हो परन्तु, उसकी छवि एक ऋणी व्यक्ति के समान ही रहती है। इसीलिए जब तक वह अपने ऊपर लदे ऋण-बोझ को समाप्त नहीं कर लेता, तब तक वह अपने समाज में अपने अनुकूल परिस्थितियां निर्मित नहीं कर पाता है।
- हिडिम्बा साधना पूर्णत: ऋणमुक्त होने की भी साधना है।
- व्यक्ति की सामाजिक स्थिति में उसके जीवन सहयोगी का पूर्णत: प्रभाव पड़ता ही है, क्योंकि सामाजिक रीतियों के अनुसार वह उसके हर कार्य में सहयोगी होता है और यदि इन दोनों (पति-पत्नी) के मध्य कटुता आ जाय, तो उसका प्रभाव उसके परिवार पर अवश्य पड़ता है, जिससे उसके परिवार का वातावरण मधुर नहीं रहता और व्यक्ति अपने सामान्य से कार्यों को भी पूरा नहीं कर पाता है। यदि घर में ऐसी स्थिति उत्पन्न होने लगे या निर्मित हो गयी हो, जिससे पूरा परिवार प्रभावित हो रहा हो, और व्यक्ति हिडिम्बा साधना सम्पन्न कर ले, तो वह इस समस्या को आसानी से हल कर सकता है।
- राजकीय कार्यों में संलग्न व्यक्तियों या व्यापार से सम्बन्धित व्यक्तियों को अधिकतर राज्यभय व्याप्त रहता है। राज्य भय का अर्थ यह नहीं, कि राज्य के सैनिक आयें और आपको प्रताड़ित करें। राज्यभय का तात्पर्य है–जिस राज्य में आप रह रहे हों, उस राज्य में आप के कार्यों में राज्य के द्वारा हस्तक्षेप से व्याप्त भय।

आज के युग में तो व्यक्ति हर क्षण राज्य भय से ग्रस्त है ही न जाने कब कौन सा शत्रु किस क्षण झूठी सूचना देकर आपके व्यापार को प्रतिबंधित करवा दे या इन्कमटैक्स विभाग में झूठी सूचना देकर या कोई आरोप लगा कर फंसा दे और आपकी नौकरी छूटने का खतरा बढ़ गया हो।

यह सब राज्यभय का ही स्वरूप है। हिडिम्बा साधना सम्पन्न कर आप इस प्रकार के सभी राज्य भय से पूर्णत- निर्मुक्त हो सकते हैं।

- चिंता को चिता कहा गया है, चिंताग्रस्त व्यक्ति प्रतिदिन घुलता जाता है। वह इसे समाप्त करने के लिए अनेक उपाय करता है, लेकिन इससे पूर्णत- छुटकारा प्राप्त करने में अक्षम रहता है। हिडिम्बा साधना सम्पन्न करे साधक अपनी चिंता के मूल को समाप्त कर सकने में सफल हो पाता है।

ऐसी ही अनेक समस्याएं लगभग हर गृहस्थ के सम्मुख रहती ही हैं और वह इन समस्याओं को मूल से समाप्त करना चाहता है। हिडिम्बा साधना ऐसी ही सरल और सौम्य साधना है, जिसे सम्पन्न कर व्यक्ति पूर्णत- इन समस्याओं से छुटकारा पा सकता है।

हिडिम्बा साधना सम्पन्न करने से व्यक्ति को किसी प्रकार की कोई हानि नहीं होती। प्रत्येक गृहस्थ व्यक्ति इसे सम्पन्न कर अपने जीवन की समस्याओं को समाप्त कर सुखमय जीवन प्राप्त कर सकता है।

साधना विधान

- इस साधना में आवश्यक सामग्री–'हिडिम्बा यंत्र', 'हिडिम्बा माला' और 'आर्जय'।
- यह साधना एक दिवसीय रात्रिकालीन साधना है।
- इस साधना को आप 07.07.22 या किसी शनिवार को भी सम्पन्न कर सकते हैं।
- साधक स्वच्छ सफेद वस्त्र पहनें।
- लकड़ी के बाजोट पर श्वेत वस्त्र ही बिछाएं, उस पर एक ताम्रपात्र में हिडिम्बा यंत्र रखें।
- यंत्र का पंचोपचार पूजन करें।
- घी का दीप और सुगन्धित अगरबत्ती लगायें।
- यंत्र के सामने 'आर्जय' स्थापित करें।
- उस पर लाल कनेर के पुष्प और कुंकुम चढ़ायें।
- हिडिम्बा माला से निम्न मंत्र की 75 माला मंत्र जप करें–

मंत्र

।। ॐ ह्रीं ह्रीं हुं ह्रीं ह्रीं फट् ।।

- दूध का बना हुआ भोग लगायें।
- साधना को सम्पन्न कर आर्जय को 21 दिनों तक धारण करें।
- 21 दिनों बाद किसी शनिवार को यंत्र, माला और आर्जय किसी नदी, तालाब या कुएं में तिरोहित कर दें।

साधना सामग्री– 600

कुण्डलिनी जागरण

में सहायक

आसन सिद्धि

मानव जीवन की सार्थकता उस क्षण में है, जब वह सारी चिन्ताओं और समस्याओं से मुक्त होकर अखण्ड आनन्दमय समाधि ध्यान में लीन हो जाय।

आध्यात्मिक तथा मानसिक उन्नति एवं कुण्डलिनी जागरण के लिए आसनों का प्रयोग एवं इन पर पूर्ण नियन्त्रण प्राप्त करना अत्यन्त आवश्यक है, यद्यपि हजारों आसनों का विधान योग शास्त्र में है, परन्तु यहां केवल उन्हीं आसनों का विवरण दिया जा रहा है, जो प्रत्येक साधक के लिए जरूरी है और पूर्ण कुण्डलिनी जागरण में आवश्यक है।

ओम

शरीर स्वस्थ रखना हम सभी का कर्त्तव्य है

स्वस्थ शरीर में ही स्वस्थ मन का निवास होता है

प्रत्येक व्यक्ति को अपने जीवन में आसनों के प्रयोग और उसके उपयोग का अभ्यास डालना चाहिए, इससे वह दिन भर तरोताजा बना रहता है और नियमित आसन करने से बुढ़ापे का प्रभाव शीघ्र नहीं पड़ता।

यों तो योग में सैकड़ों-हजारों आसनों का विधान है, परन्तु प्रत्येक पुरुष या स्त्री के लिए, जो साधना में सफलता प्राप्त करना चाहते हैं, जो कुण्डलिनी जागरण कर सहस्रार भेदन करना चाहते हैं, जो अखण्ड ध्यान में लीन होकर अवर्चनीय आनन्द प्राप्त करना चाहते हैं, उन्हें निम्न ग्यारह आसनों पर पूरा नियन्त्रण होना चाहिए।

सावधानी–आसनों का अभ्यास एक दिन में नहीं होता, इसीलिए इस प्रकार के कार्य में उतावली या शरीर के साथ जबरदस्ती नहीं करनी चाहिए, धीरे-धीरे आसनों का अभ्यास करना चाहिए और जब एक आसन पर पूर्ण सिद्धि प्राप्त हो जाती है तो वह आसन बिना प्रयास के ही स्वत: होने लग जाते हैं। अत: सभी आसनों का अभ्यास बगैर हठधर्मिता के करना चाहिए।

यथासम्भव प्रात:काल शौच आदि क्रिया से निवृत्त होकर आसन का अभ्यास करना चाहिए, यदि साधक प्रात: स्नान आदि कर के आसनों का अभ्यास करें तो ज्यादा उचित रहेगा।

अधिक वस्त्र धारण करने से आसन करने में सुविधा नहीं होती, अत: ढीले-ढाले सुविधाजनक वस्त्र पहन कर ही आसन करने चाहिए, जहाँ आसन करने का अभ्यास करें, वह स्थान स्वच्छ वायु से युक्त हो, धूल, धुंआ, दुर्गन्ध आदि से रहित स्थान इसके लिए अनुकूल माना गया है, आसन करते समय नीचे कम्बल बिछा देना चाहिए, जिससे लेटने व अन्य आसन करने में सुविधा रहे।

आसनों का अभ्यास करने वाले साधक को गरिष्ठ भोजन नहीं करना चाहिए, साथ ही साथ दुष्पच, रूखा-बासी और अधिक आहार भी त्याज्य है जरूरत से ज्यादा श्रम, अधिक निद्रा और कम निद्रा लेना भी सही प्रकार से आसन करने में बाधाएं पैदा करता है, आसन के अभ्यास काल में पूर्ण ब्रह्मचर्य का पालन करना चाहिए धीरे-धीरे अभ्यास करने से आसन पर सफलता प्राप्त हो जाती है।

1. आसन पद्मासन–किसी भी साधना के लिए यह आसन आवश्यक माना गया है, इसमें बांयें पैर को दाहिनी जंघा पर तथा दाहिने पैर को बांई जंघा पर रखना चाहिए, दोनों पदातल कमलपत्र वत् दोनों जंघाओं पर ठहर जाते हैं, इस प्रकार पद्मासन बनता है, इसके बाद रीढ़ की हड्डी, गर्दन तथा सिर को सीधा रखकर सामने स्थिर दृष्टि रखनी चाहिए, दाहिने हाथ को दाहिने घुटने पर तथा बायें हाथ को बांये घुटने पर रख देना चाहिए, इसे ज्ञान मुद्रा भी कहते हैं।

लाभ–यह आसन कई प्रकार की बीमारियों को दूर करता है, विशेष रूप से कमर के नीचे के भाग तथा नीचे की नस-नाड़ियों को दृढ़ और लचकीला बनाता है, इस आसन से मन शांत और एकाग्र होता है।

2. गोमुखासन–यह आसन आसान है, इसमें बायें पैर की एड़ी को दाहिनी जंघा के पास रख कर फिर दाहिनी टांग मोड़ कर दाहिने पैर की एड़ी को बायीं जांघ के निकट रख देना होता है, इससे दोनों घुटने एक-दूसरे के ऊपर आ जाते हैं तथा दोनों एड़ियाँ जमीन पर टिकी रहती हैं, सीधे बैठकर दोनों हाथों की उंगलियों को परस्पर गूंथ कर घुटने के अग्र भाग पर रखने से गोमुखासन बन जाता है।

लाभ–यह आसन घुटनों को शक्तिशाली तथा पैरों की नसों को दृढ़ करता है तथा अण्डकोषों की वृद्धि को रोकता है, जप, ध्यान, स्वाध्याय आदि के लिए यह आसन सर्वोत्तम है।

3. कूर्मासन–दोनों पैरों को घुटनों से मोड़कर पीछे ले जायें और एड़ियाँ खोलकर उनके मध्य बैठ जायें। दोनों घुटनों को मिलाकर रखें (यह स्थिति वज्रासन की होगी) अत: मुट्ठी बन्द करके दोनों कोहनियों को मिलाकर नाभि पर रखें और आगे इतना झुक जायें कि छाती, हाथों और जंघाओं के बीच अन्तर न रहे, इसमें यह ध्यान रहे कि आगे झुकते हुए पीछे से नितम्ब एड़ियों पर ही

शरीर के प्रत्येक अंग को सुडौल बनाना आवश्यक है
मन को हर समय जवान रहना आवश्यक है तो अपनाइये

और

भगाइये शारीरिक मानसिक रोग

लगे रहें। गर्दन उठाकर सामने देखें।

लाभ–इस आसन से मूलबन्ध स्वाभाविक रूप से लग जाता है, फलस्वरूप कुण्डलिनी का उत्थान शीघ्र होता है और प्राण संचालन की क्रिया भी तीव्र हो जाती है, इस प्रकार के आसन से बवासीर तथा भगन्दर जैसे रोग नहीं होते।

4. कुक्कुटासन–प्रथम पद्मासन लगाकर बैठ जायें, इसके बाद दोनों जांघों और पिण्डलियों के मध्य में से दोनों हाथ दोनों कोहनियों तक बाहर निकाल कर तथा हथेलियों को भूमि पर टिका कर दोनों हाथों के बल पर पूरे शरीर को उठा दें, इस प्रकार पूरे शरीर का सारा सन्तुलन (भार) दोनों **पंजों** पर रहेगा। कमर, **गर्दन** सीधी रखते हुये **सामने** देखें। स्थिर **कर** दें, पंजे सामने की **ओर** खुले हों, दृष्टि **सामने** रहे।

लाभ–इस आसन से भुजाओं और छाती में दृढ़ता आती है। जठराग्नि तेज होती है, जिससे पाचन शक्ति में वृद्धि होती है, उदर रोग तथा हाथ-पैरों की स्थूलता और दुर्बलता समाप्त हो जाती है। चेहरा कान्तिमय एवं सुन्दर होता है।

5. धनुरासन–इसमें साधक सीने के बल जमीन पर लेट जाय तथा पैरों को सिर की तरफ मोड़ दे और दोनों हाथों से दोनों पैरों के पंजों को पकड़ लें।

इसमें पैर, जंघाएं तथा पेट जमीन से ऊपर उठ जाता है। केवल सीने का भाग ही जमीन पर टिका रहता है, सिर थोड़ा-सा ऊपर उठ जाता **है, इस आसन को** धनुरासन कहते हैं।

लाभ–इससे शरीर की सारी नाड़ियों का शोधन हो जाता है तथा सीना मजबूत तथा स्वस्थ हो जाता है, यह आसन कुण्डलिनी-जागरण में विशेष रूप से सहायक है।

6. हलासन–इसमें साधक जमीन पर सीधा लेट जाता है, नजर आकाश की तरफ होती है तथा दोनों हाथ सीधे रहते हैं और हथेलियाँ जमीन पर टिकी हुई होती हैं।

इसके बाद दोनों पैरों को ऊपर उठाकर सिर के ऊपर से होते हुए पैरों के दोनों अंगूठे जमीन को छूते हैं, इसमें पैर सीधे रहने चाहिए, इस प्रकार सीने के पीछे का भाग ही **जमीन पर टिका रहता है, बाकी कमर,** जंघाएं **आदि सब ऊपर की ओर उठ जाते हैं,** इसको **हलासन भी कहते हैं।**

लाभ–यह आसन जंघाओं तथा गर्भाशय को मजबूत करता है तथा रक्त विकार आदि में लाभदायक होता है, साधना की पूर्णता के लिए यह आसन आवश्यक है।

7. पश्चिमोतानासन–इस आसन के अभ्यास करते समय पश्चिम अर्थात् पीठ के भाग में उतान अर्थात् खिंचाव होता है। उस खिंचाव को अर्थात् पीठ में खिंचाव पड़े उसे ही पश्चिमोतानासन कहते हैं।

बिछे हुए आसन पर बैठ जायें। दोनों पैरों को लम्बे फैला दें। दोनों पैरों की जंघा, घुटने, पंजे परस्पर मिले रहें और जमीन के साथ लगे रहें। पैरों की अंगुलियाँ घुटनों की तरफ झुकी हुई रहें। अब दोनों हाथ लम्बे करें। दाहिने हाथ की तर्जनी और अंगूठे से दाहिने पैर का अंगूठा और बायें हाथ की तर्जनी और अगूठे से बायें पैर का अंगूठा पकड़ें। अब रेचक करते-करते नीचे झुकें और सिर को दोनों घुटनों के मध्य में रखें। ललाट घुटने को स्पर्श करें और घुटने जमीन से लगे रहें। हाथ की दोनों कुहनियाँ घुटनों के पास जमीन से लगें। रेचक पूरा होने पर कुम्भक करें। दृष्टि एवं चितवृत्ति को मणिपुर चक्र में स्थापित करें। प्रारम्भ में आधा मिनट करके क्रमश: 15 मिनट तक यह आसन करने का अभ्यास बढ़ाना चाहिये। प्रथम दो-चार दिन कठिन लगेगा लेकिन अभ्यास हो जाने पर यह आसन सरल हो जायेगा।

लाभ–इसके अभ्यास से रक्त का संचार पूरे शरीर में होने लगता है। पुरुषों में स्वप्नदोष और स्त्रियों में प्रमेह, प्रदर आदि रोगों को दूर करने में सहायक है। निरन्तर अभ्यास से सुषुम्ना का मार्ग खुल जाता है एवं काम विकार पर नियन्त्रण प्राप्त हो जाता है।

8. मयूरासन–दोनों हाथों के पंजों को भूमि पर दृढ़ता से टेक दें, कोहनियों को मिलाकर नाभि को उसके ऊपर स्थिर कर पैरों को पीछे से तथा सिर को आगे से उठाकर स्थिर कर दें, इस प्रकार दोनों पंजे जमीन पर रहते हैं, दोनों कोहनियां नाभि पर **टिकी होती हैं और इस पर पूरा शरीर सीधा सन्तुलित हो जाता है, शरीर लगभग दण्ड के समान सीधा रहे, यह आसन मयूरासन** कहा **जाता है।**

लाभ–**इस आसन से उदर विकार** तथा **वात पित्त कफ आदि से सम्बन्धित रोग** दूर **हो जाते हैं, तिल्ली एवं जिगर का बढ़ना** रुक जाता है, पाचन शक्ति मजबूत हो जाती है तथा शरीर में रक्त संचार सही रूप से होने लगता है, नित्य इस प्रकार का आसन करने वाला व्यक्ति दीर्घायु तथा यौवनवान सा बना रहता है।

9. चक्रासन–साधक सीधे खड़े होकर दोनों हाथों को ऊपर उठाकर पीछे की ओर मोड़ते हुए धीरे-धीरे इतना झुकते चलें कि दोनों हथेलियां भूमि पर टिक जाय, ऐसी स्थिति में शरीर का आकार चक्र जैसा हो जाता है। ऐसे में आँखें बन्द रखें एवं सांस स्वाभाविक गति चलने दें।

दूसरी स्थिति : भूमि पर कम्बल बिछाकर पीठ के बल लेट जाएं। घुटनों को पैर से मोड़ें, जिससे तलुवे जमीन को लगें। दोनों हाथों को मोड़कर हथेलियाँ जमीन पर जमायें, फिर हाथों एवं पैरों के बल से पूरे शरीर को कमर से मोड़कर ऊपर उठायें। हाथों को धीरे-धीरे पैर की ओर ले जाने का प्रयास करें, **शरीर चक्र जैसा बनेगा।**

लाभ–इससे छाती, पेट, कमर, गर्दन, भुजाएं, घुटने और पैर ये सभी अंग बलिष्ठ और लचकीले हो जाते हैं, वृद्धावस्था में भी कमर नहीं झुकती और बुढ़ापे में सिर ग्रीवा तथा हाथों के कम्पन का रोग व्याप्त नहीं होता।

उपरोक्त नौ आसन प्रत्येक साधक को साधना में सफलता प्राप्त करने के लिए आवश्यक है, इससे आसन में दृढ़ता आती है और ध्यान, धारणा, समाधि में पूर्ण सफलता मिलती है, कुण्डलिनी जागरण हेतु तो इन आसनों पर सिद्धि प्राप्त करना आवश्यक माना गया है।

संजीवनी विद्या

संजीवनी विद्या भारत की प्राचीन विद्याओं में से एक है। इस विद्या का आश्रय लेकर मृत व्यक्ति को भी जीवित किया जा सकता है। रामायण, भागवत, महाभारत आदि ग्रंथों में संजीवनी विद्या के अनेकश: जीवंत उदाहरण प्राप्त होते हैं। रामायण के अनुसार – **''भगवान् श्रीराम के भाई लक्ष्मण को जब मेघनाथ की शक्ति लगी थी, तब हनुमान जी ने हिमालय से संजीवनी जड़ी लाकर लक्ष्मण को नव जीवन प्रदान किया था।''** इसमें कोई संदेह नहीं, प्रकृति के प्रांगण में अनेक ऐसी औषधियां वनस्पति के रूप में विद्यमान हैं, जिनके उपयोग से मृतक शरीर में भी प्राणों का संचार किया जा सकता है।

पौराणिक कथाओं में संजीवनी विद्या के विशेषज्ञ, दानवों के गुरु **'शुक्राचार्य'** को माना जाता है। शुक्राचार्य के संबंध में जो कथाएं प्राप्त होती हैं, उनके अवलोकन से तत्कालीन सभ्यता और संस्कृति के उज्ज्वल कीर्तिमानों का इतिहास प्रकट होता है। देवताओं और दानवों के युद्धों में जब कभी दानवों की मृत्यु होती थी, तो शुक्राचार्य संजीवनी विद्या का आश्रय लेकर अपने उन शिष्यों को जीवित कर दिया करते थे, और इस तरह दानवों की सेना का कभी पूर्ण संहार होता ही नहीं था। देवताओं के गुरु **'बृहस्पति'** ने निर्णय लिया, कि जो संजीवनी विद्या शुक्रचार्य के पास है, उसका ज्ञान देवताओं को भी होना चाहिए, और इस उद्देश्य की पूर्ति हेतु उन्होंने अपने पुत्र **'कच'** को शुक्राचार्य की सेवा करने के लिए स्वर्ग लोक से भेजा।

बृहस्पति पुत्र **'कच'** जब शुक्राचार्य का शिष्यत्व ग्रहण करने के लिए उनके पास पहुंचा, तो शुक्रचार्य ने ब्राह्मण धर्म का निर्वाह करते हुए कच को अपने आश्रम में रहने की अनुमति प्रदान कर दी। कच एक आदर्श युवक था, उसने निष्ठा पूर्वक शुक्राचार्य की सेवा करनी आरंभ कर दी और उनसे गुह्य विद्याओं का ज्ञान प्राप्त करने लगा। शुक्राचार्य की एक ही बेटी थी – **'देवयानी'**, यह अत्यंत सुंदर थी। यद्यपि कच ने देवयानी के अप्रतिम सौन्दर्य की ओर कभी दृष्टिपात भी नहीं किया था, किन्तु देवयानी उसके पौरुष सौन्दर्य को देखकर मोहित हो गई और उससे मन ही मन प्रेम करने लगी।

जिस कालखंड की यह कथा है, उस समय **'वृषपर्वा'** असुरों का सम्राट था। उसे जब यह विदित हुआ कि बृहस्पति पुत्र कच संजीवनी विद्या प्राप्त करने देव लोक से आया है तो उसने षड्यंत्र कर कच की हत्या करने का निश्चय किया। एक दिन जब कच निर्जन वन में भ्रमण कर रहा था, असुरों ने उसे पकड़ कर उसकी गर्दन काट दी।

संध्या का समय था। शुक्राचार्य अपने आश्रम में उपासना करने के लिए बैठे हुए थे, उन्होंने देखा कि कच कहीं नहीं है, तो पुकार उठे – **''देव पुत्र कच! तुम कहां हो?''** आश्रम के बाहर से आवाज आई – **''गुरुदेव! मैं यहां हूँ।''** शुक्राचार्य ने पूछा – **''मुझे तुम दिखलाई क्यों नहीं दे रहे हो?''** आवाज ने उत्तर दिया – **''गुरुदेव! मुझे आपके असुर शिष्यों ने मार डाला है।''** शुक्राचार्य ने जब अपनी दिव्य दृष्टि से देखा तो वे सारा हाल समझ गए। उन्होंने तुरंत संजीवनी विद्या का प्रयोग किया, जिसके प्रभाव से कच जीवित होकर गुरु के समक्ष उपस्थित हो गया।

दूसरे दिन आश्रम में असुरों ने जब देखा कि कच जीवित हो गया है और गुरु सेवा में तल्लीन है, तो वे चकित रह गए। असुर समझ गए, कि शुक्राचार्य ने संजीवनी विद्या के प्रयोग से कच की कटी हुई गर्दन जोड़ दी होगी और उसे नव जीवन प्रदान कर दिया होगा। असुरों ने कुछ निश्चय किया और

''बेटे कच! तुम कहां हो? क्या बात है, आश्रम में इतना सन्नाटा क्यों है?'' चारों ओर वायुमंडल से ध्वनियां उत्पन्न हुई और कहने लगी - ''गुरुदेव! आपके शिष्यों ने मेरे शरीर के टुकड़े-टुकड़े कर उसे चारों ओर फेंक दिया है।'' शुक्राचार्य ने पुन: संजीवनी विद्या का प्रयोग किया और.........

"गुरुदेव आप मुझे संजीवनी विद्या का ज्ञान दीजिए, आपके प्रयोग से जब मैं आपका उदर विदीर्ण कर जीवित हो जाऊंगा, तो संजीवनी विद्या का प्रयोग करूंगा और आपको भी जीवित कर दूंगा।"

सायंकाल होने की प्रतीक्षा करने लगे, उसी दिन सायंकाल जब किसी कार्यवश कच जंगल की ओर गया, तो असुरों ने उसे पुनः पकड़ कर मार डाला, और उसके शरीर की बोटी-बोटी काटकर पूरे पृथ्वीमंडल पर फेंक दी। इधर आश्रम में शुक्राचार्य ने कच को अनुपस्थित देखकर आवाज दी - **"बेटे कच! तुम कहां हो? क्या बात है, आश्रम में इतना सन्नाटा क्यों है?"** चारों ओर वायुमंडल से ध्वनियां उत्पन्न हुई और कहने लगी - **"गुरुदेव! आपके शिष्यों ने मेरे शरीर के टुकड़े-टुकड़े कर उसे चारों ओर फेंक दिया है।"** शुक्राचार्य ने पुनः संजीवनी विद्या का प्रयोग किया और कच को जीवित कर दिया।

अब असुरों में खलबली मच गई, वे सोच नहीं पाएं कि कच को किस प्रकार मारा जाए, जिससे कि वह संजीवनी विद्या लेकर देव लोक न जा सके? उस दिन उन्होंने कच को पकड़ा और उसकी हत्या कर उसके शरीर को जलाकर राख कर दिया और उस राख को गुरु (शुक्राचार्य) को पिला दी। असुर अब निश्चिंत हो गए कि कच कभी जीवित नहीं हो सकेगा।

संध्या का समय था, शुक्राचार्य ने आश्रम में अपनी पुत्री देवयानी को अकेला देखकर उससे पूछा - **"पुत्री, आश्रम में इतना सन्नाटा क्यों है, कच कहां है?"** उसी समय शुक्राचार्य के पेट के भीतर से आवाज आई - **"गुरुदेव! मैं यहां हूँ।"** **शुक्राचार्य अब बड़ी उलझन में पड़ गए, उन्होंने सोचा, यदि मैं संजीवनी विद्या का प्रयोग करूंगा, तो कच मेरा पेट फाड़कर प्रकट हो सकता हैं उन्होंने विवशता के स्वर में कहा** - **"पुत्र! मैं क्या करूं? मैं संजीवनी विद्या का प्रयोग कर तुम्हें जीवित तो कर सकता हूँ, किन्तु इससे मेरी स्वयं की मृत्यु हो जाएगी।"**

पेट के भीतर से कच की आत्मा ने कहा - **"गुरुदेव आप मुझे संजीवनी विद्या का ज्ञान दीजिए, आपके प्रयोग से जब मैं आपका उदर विदीर्ण कर जीवित हो जाऊंगा, तो संजीवनी विद्या का प्रयोग करूंगा और आपको भी जीवित कर दूंगा।"** शुक्राचार्य ने सुझाव के अनुरूप उदरस्थ कच को संजीवनी विद्या का ज्ञान दान किया और फिर शुक्राचार्य ने जैसे ही कच को जीवित करने के लिए संजीवनी विद्या का प्रयोग किया, उनके पेट को चीर कर कच प्रकट हो गया और सामने खड़ा हो गया।

कच यदि चाहता, तो निर्भय होकर संजीवनी विद्या लेकर देव लोक जा सकता था, किन्तु उसे तो अभी गुरु दक्षिणा देनी थी। अपने गुरु से सीखी हुई विद्या का कच ने प्रयोग किया और शुक्राचार्य को जीवित कर दिया। पुराणों में यह कथा काफी लम्बी है। राजा ययाति के पूरे बंश का इतिहास यही से प्रारंभ होता है। राजा ययाति वही थे, जिन्होंने अपने पुत्र से यौवन मांग लिया था, ताकि अधिक काल तक यौन सुख भोग सकें।

गुरु शुक्राचार्य के जीवित होने के बाद बृहस्पति पुत्र कच ने उनसे विदा मांगी। जिस उद्देश्य के लिए वह शुक्राचार्य के आश्रम में आया था, वह पूर्ण हो चुका था, अर्थात् संजीविनी विद्या का ज्ञान उसे प्राप्त हो चुका था। शुक्राचार्य ने सहर्ष अपने इस योग्य शिष्य को विदाई दी, किन्तु कच जब आश्रम से बाहर जा रहा था, तभी देवयानी उसे मिल गई, मुस्कराते हुए देवयानी ने कहा ' **"देव पुत्र! तुम ब्राह्मण हो और मैं भी ब्राह्मण की कन्या हूँ। मैं तुमसे प्रेम करती हूँ, अतः तुम मुझसे विवाह कर लो।"**

कच हतप्रभ सा रह गया। उसने कभी स्वप्न में भी नहीं सोचा था, कि देवयानी उसके सामने इस तरह का प्रस्ताव रखेगी। उसने बड़ी विनम्रता से कहा - **"देवी! तुम गुरु-पुत्री हो, इस नाते तुम मेरी भगिनी हो जाती हो, अतः तुमसे मैं विवाह के बारे में सोच भी नहीं सकता।"**

देवयानी क्रुद्ध नागिन की तरह फुंफकार उठी और बोली - **"ब्राह्मण! तूने मेरे नारीत्व का अपमान किया है। जा, मैं तुझे शाप देती हूँ, मेरे पिता से जो संजीवनी विद्या तुमने सीखी है, वह तुम्हें इसी क्षण से विस्मृत हो जायेगी।"**

शुक्राचार्य के आश्रम में कच ने जो परिश्रम किया था, वह सब व्यर्थ हो गया। उसे भी क्रोध आ गया और उसने शाप के बदले शाप देते हुए देवयानी से कहा - **"ब्राह्मणी! जा, तेरा भी विवाह किसी ब्राह्मण पुत्र से कदापि नहीं होगा।"**

दोनों के ही शाप सच हुए। कच उसी क्षण संजीवनी विद्या भूल गया और ऐसी परिस्थितियां निर्मित हुई, कि देवयानी को क्षत्रिय राजा से विवाह करना पड़ा।

(मंत्र-तंत्र-यंत्र विज्ञान पत्रिका से)

उपहारस्वरूप
शक्तिपात दीक्षा

पूर्णमदः पूर्णमिदं दीक्षा

हम मनुष्य के रूप में जन्म लेकर गतिशील तो होते हैं,
परन्तु यह हमारी गति, काल की गति है, मृत्यु की ओर बढ़ने की गति है,

**जीवन को समाप्त करने की गति है, यह पूर्णता की ओर बढ़ने का पथ नहीं है,
पर यदि गुरु मिल जाएं, तो वे हमको पूर्णता प्रदान कर सकते हैं।**

**उपनिषद कह रहे हैं–'त्वं पूर्ण वै'....
तुम पूर्ण हो सकते हो, किन्तु पूर्णता का बोध कौन करा सकता है?**

और यह बोध तो गुरु करा सकते हैं, जिनमें प्राणश्चेतना हो, जो ब्रह्मचेतना से युक्त हों, जो स्वयं पूर्णता की परिभाषा हों, जो मात्र पूर्ण ही नहीं हों अपितु अपने स्पर्श से अनेकों को पूर्ण बना सकते हों।

**और यह 'पूर्णमदः पूर्णमिदं दीक्षा' द्धारा ही सम्भव हो पाता है,
जो कि जीवन को ब्रह्ममय बनाकर पूरे ब्रह्माण्ड में फैल जाने की क्रिया है।**

सद्गुरु के साक्षात परब्रह्म स्वरूप को आत्मसात करने की प्रक्रिया होती है। इसी भावभूमि को पूर्णमदः पूर्णमिदं कहा गया है। यह वही दीक्षा है जिसे सद्गुरुदेव ने नववर्ष के शुभ अवसर पर प्रदान की थी।

।। ॐ श्रीं श्रीं गुरु वर प्रदाय श्रीं श्रीं नमः ।।

योजना केवल 10, 11, 12 जून इन दिनों के लिए है

किन्हीं पांच व्यक्तियों को पत्रिका का वार्षिक सदस्य बनाकर उनका सदस्यता शुल्क 2250/- 'नारायण मंत्र साधना विज्ञान', जोधपुर के बैंक के खाते में जमा करवा कर आप यह दीक्षा उपहार स्वरूप निःशुल्क प्राप्त कर सकते हैं। दीक्षा के लिए फोटो आप हमें संस्था के वाट्स अप नम्बर 8890543002 पर भेज दें। इसी वाट्स अप नम्बर पर पांचों सदस्यों के नाम एवं पते भी भेज दे। संस्था के बैंक खाते का विवरण पेज संख्या 2 पर देखें।

06.07.2022 or Any Sunday

Surya Vigyan Sadhana

Negate The Influence Of Rahu In Your Life

According to the science of astrology the nine planets determine the course of life for a human. There can be no doubt that heavenly bodies do have an effect on one's life and even modern science is accepting this fact today.

Among these nine planets two planets Rahu and Ketu are called shadow planets because they are not actual planets. This is why their existence can be very confusing for the common man.

But still their effect on life is definite. And what more they are natural malefics with very strong influence on the natal chart.

Together they also form a very negative combination called ***Kaal Sarpa Yoga*** in which all other planets are placed between these two planets. The presence of such a combination can make one lead a very ordinary life even though one might be very talented and skilled.

The effect of Rahu can lead to obstructions in life. Where life could have been smooth it is left turbulent and uncertain.

But this does not mean that one should fear this planet. Many people believe that the negative effect of Rahu is very dangerous and it cannot be remedied. But this is not true. Through Sadhanas this negative planet can easily be controlled.

Rahu being malefic in one's natal chart or the negative influence of Rahu in one's life actually denotes lack of spiritual energy in life. This leads to a situation where one is constantly faced by difficulities, obstacles and problems which one is not able to overcome.

The effect of Rahu cannot be negated by worshipping it. The only way is to increase one's own spiritual power.

The significator of soul or spiritual power is sun. It is by imbibing the power of the sun that Rahu's negative influence can be best neutralised.

The negative influence of the shadow planet can manifest in many forms-enemies, failure in life, loss of respect, poverty, disease and tension.

All these can be removed from one's life through the following Sadhana which is based on ***Surya Vigyaan*** (the science of tapping the energy of sun).

On a **Sunday** try this ritual early morning when the sun is rising. Have a bath and wear clothes which are either red or white. No other colour must be chosen.

Then sit facing East on a red mat.

Cover a wooden seat with a red cloth and in a cooper plate place the ***Rahu Yantra.***

One need not light any incense or lamp for the Sadhana. All one needs to do is try the ritual with full devotion and concentration.

After this chant the following verse twenty onetimes.

Vedaahmetam Purusham Mahaant-maadityavarnnam Tamasah Parastaat. Tamev Viditvaati Mrityumeti Naanyah Panthaa Vidhyate-yanaay.

Then chant 21 rounds of the following Mantra with ***Hakeek rosary.***

Om Hroum Aryamanne Namah Om

After the Sadhana drop the Yantra and rosary in a river or pond.

Sadhana articles- 500/-

Welcome Lord Ganpati in your home through

GANPATI SADHANA

In the text Shiva Puran Lord Shiva himself says about Ganesh —

Yam Yam Kaamayate Yo Vei Tam Tamaapnoti Nishchitam.
Atah Kaamyamaanen Ten Sevyah Bhavaan.

i.e. One who accomplishes the worship and Sadhana of Lord Ganpati with full devotion and faith is freed of all problems, diseases and obstacles in life. Such a Sadhak makes quick progress in his life. All those who wish for riddance from poverty, totality in life, good fortune and all comforts should surely perform the Sadhana and worship of Lord Ganpati. Some particular wish can surely be fulfilled through this Sadhana.

Lord Ganesh is said to be a total deity with all powers. He is worshipped first among all gods and goddess on matter what the occasion. It is only after his worship that some new task is started. Lord Ganesh is worshipped in different forms in different states.

All texts are unanimous about the fact that Ganesh Chaturthi is the best day for worship and propitiation of the Lord. Any ritual tried on this day surely succeeds.

The day of Chaturthi is very auspicious for fulfilment of wishes. This is the day on which Lord Ganpati appeared for the first time. It is said in the Ganesh Khand of Brahma Veivart Puran that any Sadhana tried on this day is simply incomparable.

Whatever be the problem that one is facing, whatever be the sorrow, no matter how staunch one's enemy and no matter how bad one's financial condition through worship done on this day all can be easily overcome.

For the women too this day is very special. Unmarried girls desirous of a suitable match and a happy married life can choose this day for offering of prayers to the Lord.

The Sadhana

Every fourth day (Chaturthi) of both fortnights of the lunar month and Wednesdays are auspicious for trying this ritual. In many states of India including Maharashtra Saturday is chosen for the worship of Lord Ganesh. One should offer prayers daily but the Sadhana that follows should be tried on a Saturday, Wednesday or a Chaturthi.

On needs a ***Paarad Ganpati Vigrah***, ***Sankarshan Shankh*** and a ***Riddhi Siddhi*** rosary for this Sadhana.

On the day of Sadhana clean the place of Sadhana and place there a picture of Lord Ganesh. Place a ***Paarad Ganpati*** in a plate. Before it in a plate sprinkle some vermilion, saffron and on a mound of rice grains place the ***Sankarshan Shankh.***

Next Offer Laddus made from sesame seeds

(Til) and jaggery (Gur) to the Lord. Take water in the right hand and sprinkle it all around the idol. Take flowers in both hands and offer them to the Lord.

Then with a calm mind offer prayers to the Guru and seek His blessing for success in the Sadhana. Next resume the Sadhana with a fully concentrated mind.

Next chant he following Mantra 21 times.

Om Gam Ganneshaay Namah

Next offer water to the Lord with a spoon.

Offering of water, called Arghya, denotes that the Sadhak is devoting the self in the feet of the Lord. The Mantra that should be chanted while offering water is as follows. It should be suffixed and prefixed with Sankasht Harann Gannpataye Namah.

Ganneshaay Namastubhyam Sarvasiddhi Pradaayak. Sankasht Har me Dev Grihaannaarghya Namostute. Krishnnapakshe Chaturthyaam Tu Sampoojit Vidhoodaye. Shipre Praseed Devesh Grihaannaarghyam Namostute.

Thereafter in a copper tumbler filled with water add sandal wood paste, grass blade, flower, rice grains and curd. On its mouth place the Sankarshan Shankh. Then with the tumbler in both hands go outside and offer the water in it to the moon taking care not drop the Shankh, all along chanting thus.

Gaganaarnnav Maanikya Poornna Lambodarastathaa. Vinaayakam Prassanaasya Ganesh Pratiroopakah.

Moon is a very important part of life. It bestows one with comforts, fortune, fulfilments of wishes, riddance from diseases, beauty, enthusiasm and sweetness. Hence offering of prayers to it makes the Sadhana even more fruitful.

Worship of Lord Ganesh

Offer prayers again to Paarad Ganpati. Take 21 leaves of Holy Fig (*Peepul*) and chanting the following 21 Mantras offer a Laddu on each leaf.

Sumukhaay Namah, Gannaadheeshaay Namah, Umaaputraay Namah, Gajmukhaay Namah, Lambodaraay Namah, Harsoonave Namah, Soopkarnnaay Namah, Vakratundaay Namah, Guhaagrajaay Namah

Ekdantaay Namah, Herambhaay Namah, Chaturhotre Namah, Sarveshwaraay Namah, Vikataay Namah, Hem Tundaay Namah, Vinaayakaay Namah

Kapilaay Namah, Vatave Namah, Bhaalchandraay Namah, Suraagrajaay Namah, Siddhivinaayakaay Namah.

Take two grass blades and offer them on the Paarad Ganpati along with vermilion, saffron, flowers and rice grains.

After this chat three rounds of the following Mantra with a *Kamalgatta rosary.*

Sankat Harann Ganpataye Namah

Next sing the *Aarti* and eat the sweets offered to the Lord.

This Sadhana should be accomplished at night after the rising of the moon. In the day time the Sadhak must remain on a fast. He can have fruit and milk if he feels hungry.

The Sankarshn Shankh used in Sadhana should be offered in a temple. The *Paarad Ganpati* should be placed at home in the place of worship.

It is said in the *Tristhali Setu* text that if this Sadhana is accomplished with the wish of riddance from some particular problem in mind then the same is remedied within seven days.

According to *Skand Puran* if a Sadhak wishes for riches and riddance from poverty then very soon he becomes quite well off.

If women offer flowers, vermilion, red thread, incense, Gur, ginger, milk, *Kheer* and salt then they can gain good fortune, a happy married life and totality

Sadhana Samagri- 750/-

26 जून 2022

लक्ष्मीनारायण
सर्वगृहस्थ सुख प्राप्ति साधना शिविर

शिविर स्थल :

कृषि उपज मंडी प्रांगण, **भटगांव,** नगर पंचायत,

भटगांव, जिला - बलोदाबाजार (छ.ग.)

आयोजक मण्डल छत्तीसगढ़ - जी.आर घाटगे-9669901379, महेश देवांगन-9424128098, लकेश्वर चन्द्रा-9827492838, सेवाराम वर्मा-9977928379, हितेश ध्रुव-9826541021, संजय शर्मा-9111342100, प्रताप सिंह प्रधान-7566555111, संतोष साहू- 79998 19021, पिताम्बर ध्रुव-9993242093, एन.के. कंवर- 9644334011, अजय साहू-9009579631, अशोक साहू-9753292562, जनक यादव-9630207072, बलौदा बाजार नगर पंचायत, भटगांव क्षेत्र-सहदेव प्रसाद साहू-9893637680, धरमलाल आदित्य-6260409093, भुनेश्वर प्रसाद पटेल-8817823424, रथराम साहू-9926114089, दामोदर प्रसाद तिवारी-7828515783, बोधी राम आदित्य-9424173240, जीवन लाल कुंभकार-9827743716, दयाराम ठाकुर-9098788993, चंद्रशेखर देवांगन-9827864575, बद्रीप्रसाद साहू-7000159397, बाबूलाल कुंभकार-7724935342, तीरथ राम साहू-7828453213, देवनारायण साहू-7770951230, उत्तर कुमार नाविक-9340251886, लखनलाल सिदार-7489912006, विजयलक्ष्मी नारायण सिदार-6261901999, राहूल साहू-9644432137, रामनाथ चौहान-9907936802, विष्णुप्रसाद जांगड़े-6264554646, दयाराम साहू-7000591212, घनश्याम पैकरा-9752386223, सरोज देवी यादव-8827747013, नंदकुमार पैकरा-6261202398, रमेश चौहान- 9753318409, गीताप्रसाद कश्यप-7509117792, द्वारिका साहू- 9098907502, मोती चन्द पटेल-7722938228, खिलावन साहू-8815870286, इंद्रजीत गुप्ता-9685611203, संतोष निषाद- 8839493290, मोतीदास वैष्णव-6261825764, प्रदीप साहू- 7000474604, नंदकिशोर कश्यप-88218 34052, लक्ष्मीप्रसाद मौर्य-9907912221, लोकेश कुमार साहू-6260042520, दुर्गेश साहू- 96913 33221, प्रेमसिंग-62675 77086, ननकी साहू, बरेली- 6268810416, टीकाराम श्रीवास-9340 563128, बलौदा बाजार- लेखराम सेन- 9826957606, लेखराम चन्द्राकर-9926114722, देवचरण केवट- 8435112361, अग्रहित धीवर-97546 64556, भाटापारा-पुरुषोत्तम कर्ष- 97542 51788, लक्ष्मीप्रसाद वर्मा-90095 77151, रायपुर-दिनेश फुटान-8959140004, बृजमोहन साहू-79740 12769, तिल्दा नेवरा-टीका राम वर्मा-6261180440, दिलीप देवांगन -7000354515, जांजगीर चांपा-राधेश्याम साहू, (जांजगीर)- 9131863005, जयचंद पटेल (डभरा)-7725007553, समेलाल चौहान (शक्ति)-9165601201, राजनांदगांव-गनपत नेताम-9406012157, ज्ञानेश तुमरेकी-9907102649, तेजेश्वर गौतम-9827950765, दुर्ग-विकेश वर्मा-7024791221, गरियाबंद-संतोष जैन-7415537926, शिवमूर्ति सिन्हा-7999343781, धमतरी-विषयलाल साहू-97701 26672, महासमुंद-खोमन कन्नौजे-9993377750

11-12 -13 जुलाई 2022

गुरुपूर्णिमा महोत्सव साधना शिविर

शिविर स्थल : रामाधीनसिंह उत्सव भवन, बाबूगंज निकट आई.टी. चौराहा, **लखनऊ** (उ.प्र.)

आयोजक मण्डल - अजय कुमार सिंह-9415324848, डी.के. सिंह-9336150802, सन्तोष नायक-9125238612, जयंत मिश्रा-70082 59050, पंकज दुबे-9450156879, दान सिंह राणा-9415766833, विजयसिंह पिंकू-9450434195, सन्तोष सिंह अन्नू-7390051177, अरुणेश गुप्ता, मधुलिका श्रीवास्तव, रश्मि श्रीवास्तव, हरीशचन्द्र पाण्डेय, टी.एन. पाण्डे, मनीष पारुल श्रीवास्तव, निधि नवनीत शर्मा, अवधेश श्रीवास्तव, अनिल श्रीवास्तव, मनीष शेखर, कल्पना शुक्ला, डॉ. प्रवीण सिंह, सुनील कुमार मल्होत्रा, स्वाती त्रिपाठी, एस.के. वासने, कुशा मिश्रा, शैलेश टंडन, कृष्णा सिंह राठौर, अजीत सोनकर, आशीष सिंह राठौर, उर्मिला राय, शरद यादव, गायत्री देवी, जगदीश पाण्डे, अवधेश शर्मा, जितेन्द्र साहू, अनुराग साहू, अमित वर्मा, रामप्रकाश, मोनू, के. जितेन्द्र कुमार, महेश कुमार अग्रवाल, रामप्रकाश रावत, उन्नाव-सुरेश सिंह, अमित सिंह, सूरजसिंह, बृजेश सिंह, धर्मपाल सिंह, कानपुर-शैलेन्द्र सिंह, सुरेश पाण्डेय, अशोक सोनी, श्रीकान्त गुप्ता, अभिषेक त्रिपाठी, राहुल यादव, राकेश त्रिपाठी, कायमगंज-अरुण कुमार शाक्य, रमाकान्त, रागिनी भारद्वाज, सुनील पाल, सन्तोष शर्मा, महेश वर्मा कामोद, प्रदीप शाक्य, अन्नू शर्मा, दयाराम शाक्य, बबेरू-नरेन्द्र अवस्थी, सुनील मिश्रा (राजा), मणिशंकर गुप्ता, श्रवण सुभरे, समरशेन सिंह, लखीमपुर खीरी-सन्तोष सिंह, सुशीला सिंह, आशू सिंह, तारासिंह चौहान, तुषार सिंह चौहान विजयसिंह, मीना सिंह, सुल्तानपुर-रवनजय मिश्रा, अशोक कुमार पाण्डेय, पवन तिवारी, महंत तिवारी, राजेश मिश्रा, गजरौला-अमरोहा-पुष्पेन्द्रसिंह, खिलेन्द्र सिंह, विकास अग्रवाल, नितिन अग्रवाल, कृष्णा कुमार मिश्रा, श्यामवीर सिंह, लाटघाट-आजमगढ़-डॉ. सुमन प्रसाद चौरसिया, दुर्गेश प्रसाद मौर्या, व्यास मिश्रा, हेमन्त दुबे, दिनेश सिंह

17 जुलाई 2022

शिवशक्ति महामृत्युंजय साधना शिविर

शिविर स्थल : उज्जैन (म.प्र.)

आयोजक-जगदीश चन्द्र मकवाना-8989573008, रूपेंद्र चावड़ा -9755896505, सुरेश खत्री-9300060104, 9340040767, डी.एन. नीमे, एस वी एन त्रिवेदी, दिलीप सेन, बंडू पद्म, सरिता गिरी, अमित निखिल, अमित हरियाणी, हिमांशु नागर, सुभाष चंद्र खत्री, शारदा दीदी, चिंतन दीदी, अनिल कुंभारे, रूपेश साहू, अभिषेक देवड़ा, डॉ. मानसी सोलंकी, नोवेंदु बारस्कर, बागसिंह पंवार, रामनाथ सिंह देवड़ा, रवि सोलंकी, विष्णु तेजपुरी, डॉ. हितेश नीमा, डॉ. मनीष कुरील, गोपाल वशिष्ठ, दिलीप सेन, विरल सोनी, सुनील सोनी, श्यामलाल जी, आकाश वर्मा, नारायण जी चारण, जगदीश चन्द्र तंवर, विजय दनगाया, सुनिल पडियार, शांति लाल पाटीदार, सीताराम पटेल, भवानीराम बर्मा, दिनेश कतिजा, रोहित लववंशी, मनोज भिलाला, विमल उपड़िया, संजय निंगवाल, मुकेश भूरीया

24 जलाई 2022

श्रीसद्‌गुरुदेव कृपा युक्त सर्व मनोकामनापूर्ति साधना शिविर

शिविर स्थल : मां कमला उत्सव हॉल, मीठापुर बस स्टैण्ड, बाईपास मोड़, विग्रहपुर, **पटना (बिहार)**

आयोजक मण्डल - इंद्रजीत राय-8210257911, 9199409003, महेन्द्र शर्मा-9304931127, संजय सिंह-9934682563, टुनटुन यादव- 99050 22385, अनुराग शर्मा-7834999000, मुन्ना सिंह, पंकज, दिव्यांश- 9608241286, मनोज मिश्रा, कौशलेन्द्र प्रसाद, डॉ. संजय जी, डॉ. मधुरेन्द्र कुमार, रंजनकुमार गुप्ता, खगौल-तारकेश्वर, एकंगर सराय-मुकेश विश्वकर्मा, अरविन्द, गया-उमाशंकर यादव, सुरेश पण्डित, रविन्द्र कुमार, निखिल, धर्मेन्द्र कुमार, औरंगाबाद-कामता प्रसाद सिंह, धनंजयसिंह, कुदरा-शिवशंकर गुप्ता, आ.सि.साधक परिवार बिदुपुर के समस्त गुरु भाई-बहन, आ.सि. साधक परिवार मुजफ्फरपुर-पंकज कुमार, रजनी रंजन त्रिवेदी, रमन झा, प्रकाश कुमार, धीरज झा, धर्मेश, आ.सि. साधक परिवार दरभंगा-अभय कुमार सिंह, ताजपुर-प्रभुजी, लगनिया-संजीव चौधरी, राजकुमार दास, मोतिहारी-सुरेश भारती, रामेश्वर भगत, हत्था कलौंजर -अरुण कुमार सिंह, रामसियार भंडारी, आ.सि. साधक परिवार बेगुसराय, अनिल पासवान, ढोली-प्रवीण कुमार, पुसा-प्रेमलाल पासवान, परबत्ता-अनिरुद्ध झा, आ.सि. साधक परिवार मुरलीगंज के समस्त गुरु भाई-बहन मुंगेर-निवास सिंह, मंजु देवी, तोई मजरोई (बरबीगाह)-तरुण कुमार प्रभाकर, विपिन कुमार सिंह, डॉ. रमाकान्तसिंह, पप्पूजी, बरबीगाह-देवेन्द्र कुमार, सुभाष पण्डित, डॉ. बिरमनी कुमार, प्रवेश दास, सुधीर कुमार, प्रभानन्द पासवान, नवादा-दिनेश कुमार पण्डित, नादिर गंज (राजगीर) -बारहन विश्वकर्मा, रामअवतार चौधरी, शम्भूजी, शेखपुरा- प्रवीण कुमार और चंदन, अ.सि. साधक परिवार लक्खीसराय के समस्त गुरु भाई-बहन, बाढ-प्रह्लाद सिंह, मोकामा-रोजकानंद बत्स, कटिहार-शैलेष सिंह, मधेपुरा-आनंद निखिल, पुरनिया-दयानंद शमी, आदित्य, भागलपुर- शिवानंद झा, सुनील यादव

30 जलाई 2022

श्रीसद्‌गुरुदेव कृपा युक्त सर्व मनोकामनापूर्ति साधना शिविर

शिविर स्थल :

अग्रवाल भवन कमल पोखरी, **काठमाण्डू (नेपाल)**

आयोजक मण्डल - 977-9840016498, 977-9841025067 (रितेश कार्की), 977-9801818785 (सुभाष कार्की), गोविन्द नेपाल, विष्णु नेउपाने, रमेश राजबाहक, नरेन्द्र शाह, मनोज शर्मा, दमबहादुर घले, यशोदा कार्की, अनिल अर्याल, मेलिना बुढाथोकी, राम लाखन शर्मा, पुष्पलता तिवारी, राकेश कुशाह, नरेन्द्र रंजन दास, ओमनारायण शर्मा, राजीव रंजन दास, सीता शर्मा, माला नेउपाने, शान्ति श्रेष्ठ, बेखानारायण शाही, हीरा बहादुर श्रेष्ठ, शम्भु प्रसाद ज्ञवाली, रंजन राज अर्याल, श्याम शर्मा, सुदर्शन कुंवर, अम्बिका भट्टराई, सुबिन्द्र मालाकार, मंगेश चन्द्र राई, कामोद चौधरी, गौरव राम तिमील्सिना, समझना श्रेष्ठ, किरणसिंह ठकुरी, दिनेश राईगाई, आशीष रेग्मी, आनन्द कर्ण, विष्णु श्रेष्ठ, बैकुण्ठ मुल्मी, प्रकाश गौतम, हेमन्त रिजाल, सूर्यतिवारी, कृष्ण श्रेष्ठ, सुबिन अर्याल, सन्दीप रिमाल, नारायण अर्याल, अनन्त जि., अनुष सिंह, अशोक राजबन्शी, घनश्याम, जयन्ती खनाल, पवित्र सापकोटा, प्रविन ठाकुर, सालीकराम पोखरेल, सम्राट थापा, नबिन पुडासैनी, प्रकाश जि., शान्ति खड्का कार्की, गीता कार्की, आरती गुप्ता

31 जलाई 2022

दस महाविद्या साधना शिविर

शिविर स्थल : बुटवल (नेपाल)

आयोजक मण्डल - महेन्द्र शर्मा-9857042642, सुधिर क्षेत्री-9857029745, सन्तोष केसी-9847027823, बाबुराम आचार्य-9847024228, गोविन्द चौधरी-9857048824, सन्तराम चौधरी-9847051680, जागेश्वर चौधरी-9847078335, पंचराम चौधरी, काशी चौधरी, नयन सिंह चौधरी, विष्णु पाण्डे, माधव पोखरेल, पुष्पा थापा- 9847078569, केश कुमारी चौधरी, भगवती चौधरी, मुना पढत, भगवती तिवारी, निर्मला पुन, पुष्पा देवी पोखरेल, सुलोचन ढकाल, मनीष ढकाल, शर्मिला ढकाल, दुर्गा देवी अधिकारी, शेषराम गुप्ता, कमला विष्ट, गिरेन्द्र शाही, तिला भण्डारी, लक्ष्मी पछाई एवं मां भगवती नारायण सिद्धाश्रम साधक परिवार नेपालगंज, नारायण भुसाल निखिल चेतना केन्द्र अस्नैया

19 अगस्त 2022

श्रीकृष्ण जन्माष्टमी महोत्सव साधना शिविर

शिविर स्थल : लेमन ट्री प्रीमियर, नियर इस्कान गेट, नागेश्वर रोड, द्वारका (गुजरात)

सम्पर्क-हरेश भाई जोशी-7016108433, सुनील भाई सोनी-9925555035, हेमन्त भाई-9426285578, चिराग माहेश्वरी-9725323930, विजय भाई पटेल- 99251 04035, विवेक कापड़े-7984064374, जयनीश पानवाला-7984248480, हितेश भाई शुक्ला-7048171555, पी.के. शुक्ला-9426583664, विजयनाथ साहनी-9898032172, श्यामलाल राजपूत-9327648601, विजयालक्ष्मी बेन-8401763630, प्रमीत मेहता -7990980150, प्रग्नेश भाई (डाकोर)- 9904922935, राजेश अग्रवाल (राजकोट)-9824391747, धवल भाई (द्वारिका)-98984 90019, दीपेश गाँधी-886612400, देवेन व्यास- 95588 07927, रमेशभाई तम्बतकर -7770872022, अतुल भाई जानी (सुरेन्द्र नगर)-8469334185

सद्गुरुदेव जन्मदिवस महोत्सव के दृश्य

दिल्ली कार्यालय - सिद्धाश्रम 8, सन्देश विहार, एम.एम. पब्लिक स्कूल के पास, पीतमपुरा, नई दिल्ली-110034
फोन नं. : 011-79675768, 011-79675769, 011-27354368

Printing Date : 15-16 May, 2022
Posting Date : 21-22 May, 2022
Posting office At Jodhpur RMS

RNI No. **RAJ/BIL/2010/34546**
Postal Regd. No. Jodhpur/327/2022-2024
Licensed to post without prepayment
Licensed No. RJ/WR/WPP/14/2022
Valid up to 31.12.2024

माह : जून एवं जुलाई में दीक्षा के लिए निर्धारित विशेष दिवस

पूज्य गुरुदेव श्री अरविन्द श्रीमाली जी निम्न दिवसों पर साधकों से मिलेंगे व दीक्षा प्रदान करेंगे। इच्छुक साधक निर्धारित दिवसों पर पहुंच कर दीक्षा प्राप्त कर सकते हैं।

स्थान गुरुधाम (जोधपुर)	स्थान सिद्धाश्रम (दिल्ली)
10 जून	11-12 जून
21 जुलाई	09-10 जुलाई

प्रेषक –
नारायण-मंत्र-साधना विज्ञान
गुरुधाम
डॉ. श्रीमाली मार्ग, हाईकोर्ट कॉलोनी
जोधपुर - 342001 (राजस्थान)
पोस्ट बॉक्स नं. : 69
फोन नं. : 0291-2432209, 7960039,
0291-2432010, 2433623
वाट्सअप नम्बर : 8890543002